



Universidad Nacional Mayor de San Marcos

Universidad del Perú. Decana de América

Dirección General de Estudios de Posgrado

Facultad de Educación

Unidad de Posgrado

**Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al
estrés en los estudiantes del IX ciclo de la Escuela
Profesional de Odontología de Universidad Alas
Peruanas, 2014**

TESIS

Para optar el Grado Académico de Magíster en Educación con
mención en Docencia Universitaria

AUTOR

Jorge Ramiro PAZ ARNICA

ASESOR

Tamara Tatiana PANDO EZCURRA

Lima, Perú

2016



Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Usted puede distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir del documento original de modo no comercial, siempre y cuando se dé crédito al autor del documento y se licencien las nuevas creaciones bajo las mismas condiciones. No se permite aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros a hacer cualquier cosa que permita esta licencia.

Referencia bibliográfica

Paz, J. (2016). *Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de Universidad Alas Peruanas, 2014*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Educación, Unidad de Posgrado]. Repositorio institucional Cybertesis UNMSM.



UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS

Universidad del Perú, DECANA DE AMÉRICA

FACULTAD DE EDUCACIÓN

UNIDAD DE POSGRADO

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE LA TESIS PRESENTADA POR EL GRADUANDO JORGE RAMIRO PAZ ARNICA PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE MAGÍSTER EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN DOCENCIA UNIVERSITARIA


En la ciudad de Lima a los 03 días del mes de junio del 2016, se reunió en acto público en el Salón de Grados de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, el Jurado Examinador integrado por Dr. ELÍAS JESÚS MEJÍA MEJÍA (Presidente), Dra. TAMARA PANDO EZCURRA (Asesora), Dr. ADÁN ESTELA ESTELA (Jurado Informante), Dr. ABELARDO CAMPANA CONCHA (Jurado Informante) y Dra. FRANCIS DÍAZ FLORES (Miembro del Jurado), para recepcionar la sustentación de la tesis titulada: **INTELIGENCIA EMOCIONAL Y ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN LOS ESTUDIANTES DEL IX CICLO DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE ODONTOLOGÍA DE UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS, 2014**, que presenta don **JORGE RAMIRO PAZ ARNICA** para optar el Grado Académico de Magister en Educación, con Mención en Docencia Universitaria.

Para el efecto, el Jurado Examinador tuvo a la vista el informe favorable del Jurado Informante integrado por Dra. TAMARA PANDO EZCURRA (Asesora), el Dr. ADÁN ESTELA ESTELA (Jurado Informante), el Dr. ABELARDO CAMPANA CONCHA (Jurado Informante).

Después de haber escuchado la sustentación del graduando, el Jurado Examinador procedió a formular las preguntas reglamentarias y, luego de una deliberación en privado, decidió otorgarle el calificativo de:

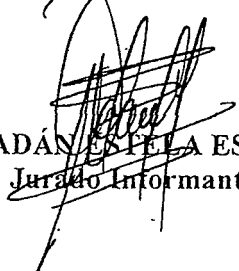
Bueno (16) puntos

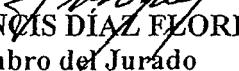
Como testimonio del acto que culminó a las 12:00 pm horas, cada uno de los miembros del Jurado Examinador procedió a suscribir el acta, para que se remita a las instancias correspondientes y se expida, previo trámite administrativo, el diploma que acredite a don **JORGE RAMIRO PAZ ARNICA**, como Magister en Educación, con Mención en Docencia Universitaria.


Dr. ELÍAS JESÚS MEJÍA MEJÍA
Presidente


Dra. TAMARA PANDO EZCURRA
Asesora


Dr. ABELARDO CAMPANA CONCHA
Jurado Informante


Dr. ADÁN ESTELA ESTELA
Jurado Informante


Dra. FRANCIS DÍAZ FLORES
Miembro del Jurado

DEDICATORIA

A mis hijos Gabriela y Piero, los motores que me impulsan a ser cada día mejor, con mucho amor.

AGRADECIMIENTO

A la Universidad Nacional Mayor de San Marcos y su Escuela de Post Grado, por darme la oportunidad de estudiar y superarme por el bien de la comunidad.

INDICE

RESUMEN	6
INTRODUCCIÓN	8
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO	9
1.1 Fundamentación y formulación del problema.	10
1.2 Objetivos.	13
1.3 Justificación.	14
1.4 Fundamentación y formulación de las hipótesis.	17
1.5 Identificación y clasificación de las variables.	18
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	20
2.1 Antecedentes de la investigación.	21
2.2 Bases teóricas.	24
2.3 Definición conceptual de términos.	27
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.	55
3.1 Tipificación de la investigación.	56
3.2 Operacionalización de variables	57
3.3 Estrategia para la prueba de hipótesis.	59
3.4 Población y muestra.	59
3.5 Instrumentos de recolección de datos.	60
3.5.1 Ficha Técnica de los Instrumentos	61
3.5.2 Validez de los instrumentos	63
3.5.3 Confiabilidad de los instrumentos	64

CAPÍTULO IV: TRABAJO DE CAMPO Y PROCESO DE CONTRASTE DE LA	
HIPÓTESIS	66
4.1 Presentación, análisis e interpretación de los datos.	67
4.2 Proceso de prueba de hipótesis.	77
4.3 Discusión de los resultados.	85
4.4 Adopción de las decisiones.	87
CONCLUSIONES	88
RECOMENDACIONES	90
BIBLIOGRAFÍA	91
· Bibliografía referida al tema	
· Bibliografía referida a la metodología de investigación	
ANEXOS	94
Cuadro de consistencia.	
Instrumentos de recolección de datos. Ficha de Validación	

RESUMEN

La investigación titulada Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014, se desarrolló a fin de alcanzar el objetivo de Determinar la relación entre los componentes de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

Se diseñó un estudio no experimental y transversal con el objetivo de Determinar la relación entre los componentes de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, la muestra está constituida por 190 estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología, se diseñó un instrumento para evaluar la variable Inteligencia emocional, basado en el modelo de Inteligencia emocional de Goleman el cual mide cuatro dimensiones: Componente Intrapersonal, Componente Interpersonal y Componente Adaptabilidad.

La investigación concluye que no existe relación entre la Inteligencia Emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014, hallándose una correlación de 0,024 con un valor calculado para $p = 0.741$; lo es mayor que $p=0,05$. Esto indica que la correlación entre las variables no existe.

Palabras claves: inteligencia emocional, estilos de afrontamiento al estrés.

ABSTRACT

The research titled Emotional Intelligence and styles of coping with stress in students of the ninth cycle of the Professional School of Dentistry, Universidad Alas Peruanas, 2014, was developed to achieve the objective of determining the relationship between the components of intelligence emotional coping styles and stress in students of the ninth cycle of the Professional School of Dentistry, Universidad Alas Peruanas, 2014.

A non-experimental and cross-sectional study was designed in order to determine the relationship between the components of emotional intelligence and ways of coping with stress in students of the ninth cycle of the Professional School of Dentistry, Universidad Alas Peruanas, the sample is it consists of 190 students of the ninth cycle of the Professional School of Dentistry, an instrument was designed to assess emotional intelligence variable, based on the model of emotional intelligence Goleman which measures four dimensions: Component Intrapersonal, Component Interpersonal and Component Adaptability.

The research concludes that there is no relationship between emotional intelligence and stress coping styles in the ninth cycle students of the Professional School of Dentistry, Universidad Alas Peruanas, 2014, being a correlation of 0.024 with a calculated p value = 0.741; it is greater than $P = 0.05$. This indicates that the correlation between variables not exist.

Keywords: emotional intelligence, stress coping styles.

INTRODUCCIÓN

Actualmente la situación política, económica y social son cada vez más demandantes, producto de la globalización y los cambios acelerados de nuestra sociedad. Esto exige resultados más rápidos y eficaces que generan en los seres humanos un estado de alerta constante que produce estrés psicológico y desequilibrio emocional. En el año 2008, la Organización Mundial de la Salud (OMS) reportó que 50% de los estudiantes en los países industrializados consideraban su centro de estudio como mentalmente agotador (Lowe, Urquhart, Greenman y Lowe, 2009).

En la actualidad en el siglo XXI presenta escenarios distintos de la universidad en el Perú, La Inteligencia Emocional de los estudiantes universitarios, se ve acompañado por los distintos factores que influyen en el desarrollo integral del futuro profesional como es el rendimiento académico estudiantil acompañado del desarrollo de las diversas estrategias, Universidad Alas Peruanas, no es ajena a los cambios, y acepta el reto que el presente siglo requiere.

La Inteligencia Emocional en los últimos años se ha visto afectada por diversos factores, uno de ellos es la poca comunicación asertiva de los estudiantes en el aula de clases, lo cual trae como consecuencia de diversos problemas sociales y el aumento de estudiantes introvertidos, además, la baja autoestima y poca motivación por la profesión elegida.

En este contexto se consideró oportuno realizar esta investigación, donde se busca Determinar la relación entre los componentes de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

La presente tesis consta de cuatro capítulos: el primero está constituido por el planteamiento del problema, en la segunda el marco teórico, en el capítulo tercero presenta la metodología de la investigación y el capítulo cuarto está referido a los resultados del estudio, finalmente se presentan las conclusiones, recomendaciones, conclusiones, anexos.

CAPÍTULO I
PLANTEAMIENTO DEL ESTUDIO

. Fundamentación y Formulación del Problema

Actualmente la situación política, económica y social son cada vez más demandantes, producto de la globalización y los cambios acelerados de nuestra sociedad. Esto exige resultados más rápidos y eficaces que generan en los seres humanos un estado de alerta constante que produce estrés psicológico y desequilibrio emocional. En el año 2008, la Organización Mundial de la Salud (OMS) reportó que 50% de los estudiantes en los países industrializados consideraban su centro de estudio como mentalmente agotador (Lowe, Urquhart, Greenman y Lowe, 2009)

Excesos cuantitativos o cualitativos de estrés constituyen uno de los principales factores de riesgo que pueden perjudicar seriamente la salud, consecuencia por un lado de la exposición a múltiples situaciones apremiantes y desafiantes; asimismo la falta de estilos de afrontamiento o la carencia de recursos apropiados para hacerle frente hacen con frecuencia que el organismo esté sobre funcionando y se agote. (Buceta y Bueno 1995)

Evitar el estrés no está más justificado que huir o evitar la comida, el ejercicio o el amor. El estrés es la forma en que el cuerpo responde a las demandas de la vida; a veces se responde exageradamente y es probable que en otras ocasiones no se responda lo suficiente (Barlow, 2000), no se necesita eliminar el estrés, lo que se necesita es manejarlo o gestionarlo. Existen abundantes datos y teorías en la literatura científica como investigaciones sobre las consecuencias del estrés, que explican los efectos clínicos que acarrea en los que sufren situaciones estresantes; sin embargo, existe un vacío de investigaciones en cuanto a la relación entre inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés, en donde se afirma que esta variable influye en la habilidad para adaptarse y enfrentar a las demandas y presiones del medio. Y como tal, la inteligencia emocional es un factor importante en la determinación de la habilidad para tener éxito en la vida, influyendo directamente en el bienestar general y en la salud. Por otro lado, el manejo del estrés se relaciona con el modo en que los alumnos resuelven o se sobreponen a las condiciones vitales que son estresantes. (Ugarriza, 2004).

El manejo del estrés es una característica esencial del estrés y de las reacciones emocionales, y si no prestamos atención al modo en que funciona, no lograremos entender la constante lucha para adaptarse a los estresores problemáticos y aquellos producidos por unas condiciones vitales ya que el estrés y el manejo de emociones evidencian ser recíprocos, se cree importante la implicancia que tendría la variable inteligencia emocional en el manejo del estrés. (Lazarus, 2000). Así mismo, la inteligencia emocional ha suscitado un gran interés en el ámbito educativo como una vía para mejorar el desarrollo socioemocional de los alumnos. Las primeras publicaciones que aparecieron realizaron muchas afirmaciones sobre la influencia positiva de la inteligencia emocional en el aula. (Extremera y Fernández, 2006)

La inteligencia emocional es un concepto que se centra en las emociones más allá del ámbito afectivo y cognitivo ya que no solo nos regimos por lo que pensamos, muchas veces lo hacemos por emociones. Se ha demostrado que hay alumnos más inteligentes emocionalmente que son capaces de regular las emociones, tanto las propias como las de los demás, y que esto les permite afrontar mejor el estrés y las dificultades (López. 2005). Uno de los elementos importantes de la inteligencia emocional son los estilos positivos de afrontamientos al estrés, por ejemplo tener pensamientos agradables, buscar solución a los problemas, relajarse, etc, sin embargo, existen estilos de afrontamiento que son menos adaptativos emocionalmente como es la rumiación que es definida como un enfoque pasivo y repetitivo en pensamientos desadaptativos o catastróficos (“si yo hubiera contestado antes”, “si hubiera llegado antes”). Insistir en fracasos y ahogarse en lamentos es un evento desafortunadamente muy común y generalizado. Esto repercute en la manera como nuestro sistema se enfrenta a los diversos eventos que se suscitan en el medio, los cuales desencadenaran reacciones diversas según sea el caso, dicho de esta manera, estas reacciones se transformaran en estrés (Nolen y Mcbride, 1997).

Para una institución universitaria es importante conocer las estrategias de afrontamiento de estrés en sus estudiantes, ya que el estrés se ha asociado a la depresión, enfermedades crónicas, enfermedades cardiacas y fallas en el sistema inmune (Vedhara y Nott, 1996), y complementariamente al fracaso escolar y a un desempeño académico pobre. Diversas investigaciones han mostrado que el

estrés ocurre en los estudiantes de primaria, secundaria y preparatoria (Gallagher y Millar, 1996); también se ha demostrado que dicho estrés aumenta conforme el estudiante progresa en sus estudios y que llega a sus grados más altos cuando cursan sus estudios universitarios (Dyson y Renk, 2006).

Los estudios previos han identificado distintos factores que influyen de manera directa e indirecta, negativa o positiva, en la forma y el grado en que los alumnos perciben y responden al estrés. Entre ellos se mencionan las características y habilidades personales, así como factores demográficos y organizacionales (Slaski y Cartwright, 2003). En este contexto, se argumenta que la inteligencia emocional del alumno tiene un importante papel en la percepción del estrés y en sus consecuencias, así como en la manera como se enfrentan las situaciones de estrés (Gardner y Stough, 2003).

Esta investigación pretende ir un poco más allá de la descripción de cada una de las variables, averiguando si existe alguna relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés.

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

PROBLEMA GENERAL

¿Cuál es la relación entre los componentes la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014?

PROBLEMAS ESPECIFICOS

¿Cuál es la relación entre el componente intrapersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014?

¿Cuál es la relación entre el componente interpersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014?

¿Cuál es la relación entre el componente de adaptabilidad de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014?

¿Qué relación existe entre el nivel de habilidades sociales y rendimiento académico en la asignatura introducción al derecho de los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014?

1.2. Objetivos.

OBJETIVO GENERAL

Determinar la relación entre los componentes de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

Identificar la relación existente entre el componente intrapersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

Identificar la relación entre el componente interpersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

Identificar la relación entre el componente de adaptabilidad de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

1.3 Justificación.

Justificación Teórica

La presente investigación se realiza por la necesidad de establecer la importancia de considerar a la inteligencia emocional como fundamental para el afrontamiento al estrés de todo estudiante, a efecto de que adquiriera competencias emocionales que le permitan un mejor desenvolvimiento en la era actual.

Recordemos que las emociones determinan el nivel de estrés, así como el tipo de relación que mantenemos con las personas que nos rodean, si son subordinados (liderazgo), nuestros superiores (adaptabilidad) o nuestros pares (trabajo en equipo).

Los estudiantes universitarios , futuros profesionales y que tendrán a su cargo personas formadoras de personas, tienen una mayor obligación de auto conocerse primero para luego poder dar un mayor aporte a nuestra sociedad, no olvidemos que necesitamos contar con profesionales que sepan no solo desarrollar contenidos y potenciar capacidades sino que también pongan énfasis en el trabajo de las actitudes que no es otra cosa que el ser, es decir trabajar valores y dar importancia plena al saber convivir, ello permitirá un mayor grado de tolerancia y a su vez estar en mejores condiciones de alcanzar el éxito.

Estamos seguros que los resultados de la investigación contribuirán con el mejoramiento de la calidad de la educación y ello justificará las actividades desplegadas para su realización.

Recordemos que las emociones determinan el nivel de afrontamiento al estrés del que somos capaces, así como el tipo de relación que mantenemos con las personas que nos rodean, si son subordinados (liderazgo), nuestros superiores (adaptabilidad) o nuestros pares (trabajo en equipo).

Estamos seguros que los resultados de la investigación contribuirán con el mejoramiento de la calidad de la educación y ello justificará las actividades desplegadas para su realización.

Justificación epistemológica

Desde el aspecto científico (epistemológico), el presente trabajo de investigación se identifica en la medida que se pretende establecer la relación entre la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés, de manera que los resultados sirven para fortalecer el aprendizaje universitario, haciendo que la inteligencia emocional sea participativa, compartida y trascendente.

La inclusión del estrés como parte de la cotidianidad del siglo XXI ha patentado su presencia en diferentes áreas de la vida. Uno de los ambientes menos estudiados como medio desencadenante de estrés lo constituye el ambiente escolar o académico, según sea el nivel de enseñanza. (Putwain, 2007).

Poder conocer o reconocer nuestras emociones ya es un gran paso, pero si somos capaces no solo de ver las nuestras sino también la de los demás y llegar a comprenderlas y regularlas, en este caso ya estamos en el ámbito de la Inteligencia emocional, y justamente es aquí donde diferentes estudios demuestran que los niños y jóvenes que saben gestionar bien sus emociones afrontan asertivamente el estrés, y esto porque todo lo que hacemos está relacionado con nuestro mundo emocional.

Justificación socio-cultural

El mundo actual en el que vivimos, avanza rápidamente y a un ritmo del cual aún no nos reponemos, todo cambia, basta mirar a nuestro alrededor y dentro de este mundo competitivo y de globalización existe una lucha constante por querer surgir, por buscar ser algo o alguien en esta vida.

A partir de los años 90 y con más fuerza estos últimos años damos una mirada al aspecto emocional de toda persona y observamos que una persona emocionalmente inteligente no solo será capaz de percibir, comprender y manejar sus emociones sino que podrá dirigirlas positivamente, así como mejorar sus niveles de empatía y asertividad.

Varios estudios han sugerido que las emociones guardan relación con el estrés. De acuerdo con su estado emocional, inducido por situaciones potencialmente estresantes, los alumnos afrontan mejor o peor dichas situaciones (Spector y Goh, 2001). En otras palabras, la manera como los individuos perciben las situaciones y los acontecimientos estresantes influyen sobre sus emociones. De esta manera, se argumenta que la inteligencia emocional desempeña una función importante en el manejo del estrés de los alumnos (Slaski y Cartwright, 2002).

El presente trabajo de investigación se justifica en la medida que se pretende establecer la relación entre la inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés en estudiantes de Sistemas UNI de la Universidad Nacional de Ingeniería.

Justificación pedagógica

Desde el aspecto pedagógico, el propósito de la presente investigación busca dar a conocer la importancia de la Inteligencia emocional y el afrontamiento al estrés. La presente investigación espera servir como soporte y experiencia a las futuras investigaciones que decidan realizar un trabajo similar.

Se conceptualiza al estrés como estímulo, respuesta o ambas. Los autores identifican al estrés teniendo en cuenta las situaciones o agentes generadores del estrés (estresores o estímulo) y las manifestaciones psicobiológicas que se producen debido a su incidencia (respuesta) .A demás, Es importante diferenciar entre estrés normal (popularmente llamado ansiedad) y estrés patológico. Este último se define como el conjunto de efectos fisiológicos y psicológicos que se producen en el organismo por la exposición prolongada a situaciones que provocan ansiedad .Problemas digestivos, hipertensión, alteraciones respiratorias, dolores de cabeza, cervicales, soriasis, alopecia, trastornos de ansiedad, cuadros depresivos, insomnio, disfunciones sexuales . El enfoque psicosomático clásico o psicofisiológico y el denominado enfoque del estrés Psicológico, En base a este último está orientada esta investigación para llegar a entender los niveles que presentan los estudiantes en los planteles educativos, logrando identificar diferentes conductas. (Barraza, 2007).

Algunos estudios han sugerido que los estudiantes emocionalmente inteligentes saben atender a las emociones originadas en su entorno, comprenden las posibles causas y consecuencias de ellas y desarrollan estrategias para regular o manejar estos estados emocionales (Salovey, Mayer y Carusso, 2002).

En un contexto estudiantil, se afirma que el modo como algunos individuos identifican, regulan y utilizan la información derivada de las emociones tiene relación con la adaptación o afrontamiento del estrés. En el ámbito estudiantil eso significa no solamente un mayor y mejor rendimiento, sino también una mejora en la calidad de vida en general (Ciarrochi, Deane y Anderson; 2000).

1. 4. Fundamentación y Formulación de las hipótesis.

A pesar de que en las universidades se generan problemáticas que afectan la vida cotidiana de los sujetos que se mueven en dicho escenario y que se podrían volver retos para el cambio, son pocos los directivos, coordinadores, secretarios académicos, preparados y dispuestos para solucionar problemas de la mejor manera posible, pues entre quienes se interesan en la innovación quizá la sobrecarga de tareas administrativas, así como aislamiento de los esfuerzos, los conduzcan a la rutina de las prácticas pedagógicas, desplazando la actitud crítica base de una práctica innovadora.

A pesar de que existe un interés por generar procesos, definidos menos la prescripción y más por acciones dirigidas a la comprensión y la reflexión por parte de los sujetos ante un mundo globalizado y cambiante, nos enfrentamos a distintas formas de resistencia tanto en docentes como en los directivos.

En ese contexto se intenta construir y reforzar la Inteligencia Emocional de permanente reflexión, he ahí su relación con el afrontamiento al estrés y lo que en ella represente, es así como se formula la presente hipótesis:

Hipótesis General

Existe relación entre los componentes la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

Hipótesis Específicas

Existe relación entre el componente intrapersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

Existe relación entre el componente interpersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

Existe relación entre el componente de adaptabilidad de la Inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

1. 5. Identificación de las variables:

INTELIGENCIA EMOCIONAL: VARIABLE INDEPENDIENTE

La inteligencia emocional, es un conjunto de habilidades personales, emocionales, sociales y de destrezas que influyen en la capacidad de adaptabilidad y enfrentar las demandas y presiones del medio. Asimismo, afirmó que las personas emocionalmente inteligentes son capaces de reconocer y expresar sus emociones, comprenderse a sí mismos, y llevar una vida regularmente saludable y feliz; son capaces de comprender cómo se sienten las personas a su alrededor y de mantener relaciones interpersonales satisfactorias y responsables. (p.135).

Afrontamiento al estrés: VARIABLE DEPENDIENTE

El afrontamiento al estrés son acciones cognitivas o conductuales de una persona expuesta a una situación estresante perturbadora, las cuales pueden ser apropiadas o inapropiadas para su integridad.

Clasificación de las Variables

V. Independiente = Inteligencia Emocional

Por su Naturaleza	Atributiva
Por la posesión de la característica	Continua
Por el método de Medición	Cuantitativa
Por el número de variables que adquiere	Dicotómica

V. Dependiente = Afrontamiento al estrés

Por su Naturaleza	Atributiva
Por la posesión de la característica	Continua
Por el método de Medición	Cuantitativa
Por el número de variables que adquiere	Dicotómica

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la investigación.

Chávez (2011), realizaron un estudio llamado “Estrés en estudiantes universitarios” En donde el objetivo fue identificar el perfil de los estudiantes de una universidad con mayores niveles de estrés y determinar las propiedades psicométricas del instrumento denominado SISCO, para lo cual se aplicó a una muestra aleatoria de 504 estudiantes de todas las licenciaturas que se imparten en la institución. En general, los resultados mostraron que el instrumento posee consistencia interna, confiabilidad y validez de constructo adecuados. Adicionalmente, se observó que los estudiantes de Sistemas, Traducción, Diseño Gráfico y Arquitectura son los que manifiestan los niveles más elevados de estrés. Tales niveles son igualmente altos en los estudiantes de los primeros y últimos semestres, en las mujeres y entre quienes no viven con su familia de origen.

Para Pascalli (2011). En la investigación titulada “Inteligencia emocional y el rendimiento académico en los estudiantes en la Universidad de la República Uruguay”. Tesis para optar el grado de magister en educación. Se empleó el enfoque cuantitativo, de diseño no experimental tomo 80 estudiantes, a quienes se aplicó un cuestionario graduado en la escala Likert. Se llegó a la siguiente conclusión que hay una correlación moderada (ρ de Spearman 0,894) entre Inteligencia emocional y el rendimiento académico en los estudiantes en la Universidad de la República Uruguay.

Esta investigación tiene la variable inteligencia emocional que es similar a la investigación y es de diseño no experimental.

Asimismo Rodríguez (2012). En su tesis titulada “Estrés y desempeño laboral de los trabajadores de la Universidad Simón Rodríguez”, Universidad Simón Rodríguez. Tesis para optar el grado de doctor en educación, cuyo objetivo fue determinar la relación entre el estrés y desempeño laboral de los trabajadores de la Universidad Simón Rodríguez. Para el logro del objetivo tomó como muestra a 70 trabajadores de la universidad. A quienes aplicó un cuestionario graduado en la escala de Likert.. El diseño del estudio corresponde al diseño no experimental y el tipo de estudio es básico con el enfoque cuantitativo y el paradigma

positivista. Llegando a la conclusión: que hay una alta correlación (rho de Spearman 0,768) entre el estrés y desempeño laboral de los trabajadores de la Universidad Simón Rodríguez.

Esta investigación contiene la variable estrés que es similar a la variable del presente estudio y cuyos resultados sirvieron para contrastar con los resultados de la presente investigación.

Vargas (2011), ejecutó un estudio sobre “el papel de la Inteligencia Emocional en la productividad y salud en obreros de la ciudad de Heredia- Costa Rica”, el estudio fue de tipo descriptivo correlacional, la muestra estuvo compuesta por 53 obreros de la fábrica de productos alimenticios de la ciudad. El instrumento utilizado fue el inventario de inteligencia emocional de “BarOn ICE”. Se encontró como resultado, que existe relación significativa ente Inteligencia Emocional y los Niveles de productividad e índices de salud en los obreros, así como también, que a mayor utilización de las habilidades emocionales por parte de los obreros, mayor nivel de productividad y salud.

Esta investigación contiene la variable inteligencia emocional que es similar a la variable de la presente investigación.

Ramírez (2013), en la tesis “Inteligencia emocional y el estrés laboral de los trabajadores administrativos de la Universidad Nacional del Callao”. Tesis para optar el grado de magister en administración de empresas. El estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre la Inteligencia emocional y el estrés laboral de los trabajadores de la Universidad Nacional del Callao. Tomó como muestra a 130 administrativos de la universidad aplicó la técnica de la observación, mediante una ficha de observación. Luego del recojo de información arribó a la siguiente conclusión: Existe una alta correlación entre (Rho de Spearman 0,989) entre la Inteligencia emocional y el estrés laboral de los trabajadores de la Universidad Nacional del Callao.

Esta tesis es similar porque contiene la variable inteligencia emocional que es similar al presente estudio.

Alcántara (2013), realiza un estudio titulado “Inteligencias emocional y su relación con el desempeño docente de los docentes de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos 2013”, Tesis para optar el grado de Maestro en Gestión de la

educación en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Tuvo como objetivo determinar la relación entre las Inteligencias emocional y su relación con el desempeño docente de los docentes de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos 2013. Tomo como muestra a 100 docentes, a quienes aplicó un cuestionario graduado en la escala de Likert. El diseño de la investigación es correlacional. Luego del recojo de la información se tabularon los resultados. Arribó a la siguiente conclusión: existe una alta correlacional (0,886 rho de Spearman) entre la Inteligencias emocional y su relación con el desempeño docente de los docentes de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos 2013.

Esta investigación contiene la variable inteligencia emocional que es similar a la variable de la presente investigación y cuyos resultados sirvieron para contrastar con los resultados que se arribó con la presente investigación.

Jiménez (2014), realizó un estudio sobre la “Inteligencia emocional y el rendimiento académico de los estudiantes del IX ciclo de ingeniería Mecánica de Fluidos 2014”; Tesis para optar el grado de magister en la Universidad San Ignacio de Loyola. Tuvo como objetivo determinar la relación entre la “Inteligencia emocional y el rendimiento académico de los estudiantes del IX ciclo de ingeniería Mecánica de Fluidos 2014. Para logro del objetivo del estudio tomo como muestra a 60 estudiantes. El diseño de la investigación es de diseño no experimental de corte transversal. Utilizó como instrumento una ficha de observación graduado en escala politómica. Llegó a la siguiente conclusión: existe una alta correlación (Rho de Spearman 0,966) entre la Inteligencia emocional y el rendimiento académico de los estudiantes del IX ciclo de ingeniería Mecánica de Fluidos 2014.

Esta investigación contiene la variable inteligencia emocional que es similar a la presente investigación.

Correa (2013), en su estudio “La competencia parental y la inteligencia emocional de los estudiantes del X ciclo de la Universidad Nacional del Callao 2013”: Tesis para optar el grado académico de doctor en Administración de la Educación de la Universidad Nacional de Educación “Enrique Guzmán y Valle”. Tuvo como objetivo determinar la relación entre la competencia parental y la inteligencia emocional de los estudiantes del X ciclo de la Universidad Nacional del Callao 2013. Para el logro del objetivo tomó como muestra 50 estudiantes. El diseño de

la investigación corresponde a un diseño no experimental de enfoque cuantitativo. Arribó a la siguiente conclusión: hay una correlación moderada (ρ de Spearman 0,675) entre la competencia parental y la inteligencia emocional de los estudiantes del X ciclo de la Universidad Nacional del Callao 2013.

Esta investigación contiene una variable inteligencia emocional que es similar al presente estudio.

Aguirre, (2010). Realizó una investigación denominada “Estrés: relaciones con inteligencia emocional, factores demográficos y ocupacionales” Cuyo propósito fue analizar las relaciones entre la inteligencia emocional, los factores demográficos y ocupacionales con el estrés. Para ello, se aplicaron dos cuestionarios a 223 estudiantes de una organización pública del Perú y se analizaron las correlaciones entre las variables en tres niveles de detalle: los constructos, sus dimensiones y sus subdimensiones. Los principales resultados muestran que los individuos con mayores niveles de inteligencia emocional presentan menor estrés. Asimismo, que los profesionales de mayor edad y quienes ocupan cargos en la alta dirección y en áreas de apoyo tienen mayor estrés en las dimensiones de recursos personales y tensión personal. Las conclusiones resaltan la importancia de examinar las relaciones entre las variables a fin de hallar las soluciones a este fenómeno y evitar sus repercusiones. Se formulan recomendaciones para estudios futuros y las implicaciones prácticas en las organizaciones.

2.2 Bases teóricas

Definición conceptual: Inteligencia Emocional

Surgimiento histórico del concepto de inteligencia emocional

La Inteligencia Emocional ha seguido un proceso por etapas:

En la **Primera Etapa**, la investigación la refiere como La Concepción de la Inteligencia Humana en su Inicios de 1990-1920. Durante este período formal de la evolución de la inteligencia se desarrollaron los primeros tests para medir el nivel intelectual de las personas. Este factor “G” fue por primera vez medido en

las fuerzas armadas norteamericanas con el objeto de seleccionar al personal para fines militares en la Primera guerra Mundial. Galton como Binet fueron las figuras principales de la época.

La historia de la Inteligencia Humana puede explicarse como el empeño del cerebro del hombre en miras de buscar comunicarse; desde el momento que los seres humanos se percataron de ser capaces para exteriorizar sus imágenes mentales, se da una evolución más rápida en este proceso de transmisión de ideas y por ende, del área intelectual.

En Australia, con las primeras representaciones realizadas en las cavernas, cuyos primeros trazos se fueron convirtiendo en pinturas, luego en símbolos. Posteriormente en alfabetos y guiones. Así sucedió con los caracteres gráficos chinos o jeroglíficos egipcios. Y, con el gran impulso del pensamiento occidental así como la influencia del imperio Romano se termina la transición de la imagen a la letra. Con estos adelantos en el desarrollo humano se apertura el gran éxito de la comunicación humana a través de la historia y el gran vuelco evolutivo de la inteligencia como capacidad inherente del hombre para crear a través de pinturas y jeroglíficos.

Herman, (2007, p. 10). Gracias al medio intelectual de comunicación y dándose inicio a la aparición de las grandes civilizaciones en el mundo; tales como: la de Mesopotamia y de la China la evolución de la información humana ha tenido un proceso de desarrollo rápido llegando hasta lo que actualmente conocemos como la explosión informativa. Ya hace 2200 años en la filosofía de Platón se establece, “La Disposición Emocional del alumno, determina su habilidad para aprender”.

Para muchos psicólogos en la primera mitad del siglo XX; las emociones no tuvieron la importancia debida, para ellos, son una completa pérdida de control a nivel del cerebro. Sin embargo en la época actual se da un real alcance e importancia al enfoque emocional donde las emociones son parte integrante de la inteligencia, son adaptativas, funcionales y organizan las actividades cognitivas.

La **segunda Etapa**, se refiere al desarrollo del concepto de la Inteligencia 1920-1950, aquí básicamente hay dos grandes grupos de teorías de la inteligencia; las del factor General y las de la Habilidades específicas (Mayer, 1982), La del factor general consideran que el nivel intelectual es una capacidad general para adquirir los conocimientos, mientras que las habilidades específicas visualizan a la inteligencia como conformada por una serie de tipos de capacidades.

Es una etapa muy importante por los grandes cambios y cantidad de teorías desarrolladas en torno a la inteligencia, fueron Thorndike quien formula que la inteligencia no es un factor general sino que presenta habilidades específicas; el conductismo enfoca su relación Estímulo- Respuesta mecanismo central de la conducta que permite mayores alcances sobre la inteligencia; y Beeper quien sugiere que la inteligencia es una habilidad inseparable al aspecto emocional que todo ser humano posee aportando para desarrollo del concepto de Inteligencia Emocional.

La **Tercera Etapa**, de los grandes adelantos de 1950-1979 se dan dos grandes adelantos: Las Teorías Estructuralistas y las del Procesamiento de la Información. Las primeras dan prioridad a los aspectos cualitativos de la inteligencia, enunciando que el intelecto posee patrones de adquisición y procesos específicos; Piaget se convierte en un gran exponente de la época, mientras que las teorías informativas enfocan a la inteligencia como capacidades aisladas e individuales, se da hincapié a la habilidad para manipular símbolos como parte del proceso de abstracción.

La Cuarta Etapa, el surgimiento del concepto de Inteligencia Emocional de 1983-1988. En este período se habla ya abiertamente de las Inteligencias emocionales definiéndola como: “La habilidad para comprender y dirigir a los hombres y mujeres muchachos y muchachas y actuar sabiamente en las relaciones humanas” Córtese (2006, p. 18). Este autor aparte de la Inteligencia social hay además dos clases de inteligencia: La abstracta concerniente a las habilidades cognitivas y la inteligencia relacionada a las capacidades de índole mecánica dirigida al manejo de los objetos en actividades prácticas.

Ya se visualiza con mayor exactitud la diferenciación que se va marcando entre la inteligencia cognitiva y la no cognitiva, incorpora en su enfoque la inteligencia intrapersonal e interpersonal. Damasio (1996) presenta la teoría del llamado: “Marcador Somático” que es un equivalente a la intuición. Damasio afirma que hay decisiones que no se hacen bien si se hacen racionalmente, requieren de la sabiduría emocional ganadas en experiencias pasadas. Entonces el marcador somático es como un tipo de alarma que elimina malas opciones en el proceso de toma de decisiones. Damasio cree que los procesos de razón y sentimientos ocurren en los mismos sistemas neuronales y ayudan a manejar acciones y decisiones en una manera racional “ (Gordillo citado 10 octubre 2003)

Bar-On (1994), intentó medir la Inteligencia Emocional a través de un instrumento psicológico, su aporte será desarrollado en la sección de enfoques contemporáneos al igual de Goleman (1995).

Definiciones

Bar-On (2002), la inteligencia emocional “es la capacidad de percibir, integrar, comprender y manejar las emociones que tienen que ver con la comprensión de uno mismo y de los demás, y hacer frente con más éxito a las exigencias ambientales”. (p.52). Para el autor la inteligencia emocional viene a ser la capacidad que posee todo ser humano para percibir, comprender y manejar las emociones frente a las situaciones adversas.

Salovey y Mayer (1990) señala que:

El subconjunto de la inteligencia social que envuelve la capacidad de monitorear los sentimientos y emociones propias y la de los otros, para discriminar entre ellos y para usar esta información para guiar los pensamientos y emociones de uno mismo. (p. 189).

Es decir, la capacidad del individuo para acceder a sus emociones y crear una armonía e integración con sus emociones.

Goleman (1999), define a la inteligencia emocional como “la capacidad de reconocer los sentimientos propios y ajenos, de poder automotivarse para mejorar positivamente las emociones internas y las relaciones con los demás”. (p. 65). Para el autor la inteligencia emocional viene hacer la habilidad de concebir sus sentimientos propios y de los demás.

Gardner (1995) señala que la inteligencia emocional es:

La capacidad de tomar conciencia de nuestras emociones y poder comprender los sentimientos de los demás, tolerando las presiones y frustraciones del entorno social, brindándonos a nosotros mismos mayores posibilidades de desarrollo personal, es un potencial que todo ser humano posee, en mayor o menor grado. (p. 31).

Las habilidades emocionales no sólo nos hacen más humanos, sino que en muchas ocasiones constituyen una condición de base para el despliegue de otras habilidades que suelen asociarse al intelecto, como la toma de decisiones racionales.

Bar-On (1997 citado en Ugarriza, 2001), refiere que:

La inteligencia emocional, es un conjunto de habilidades personales, emocionales, sociales y de destrezas que influyen en la capacidad de adaptabilidad y enfrentar las demandas y presiones del medio. Asimismo, afirmó que las personas emocionalmente inteligentes son capaces de reconocer y expresar sus emociones, comprenderse a sí mismos, y llevar una vida regularmente saludable y feliz; son capaces de comprender cómo se sienten las personas a su alrededor y de mantener relaciones interpersonales satisfactorias y responsables. (p.135).

Según el autor la inteligencia emocional es la capacidad de adaptarse al medio social y al medio ambiente reconociendo y expresando sus propias emociones y al mismo tiempo las emociones de los demás.

Cooper y Sawaf (1997) la inteligencia emocional es:

La capacidad de sentir, entender y aplicar eficazmente el poder y la agudeza de las emociones como fuente de energía humana, información, conexión e influencia. Abarca un paradigma de elementos los cuales se conjugan, la inteligencia además de ser una capacidad cerebral es un conjunto de funciones a través del cual se hace producir un nivel exitoso. (p. 86)

Para los autores la inteligencia emocional es la fuente de las emociones que permiten procesar la información en el cerebro para producir un nivel exitoso que permita resolver los diversos problemas.

Goleman (1999) señala que:

La inteligencia emocional nos permite tomar conciencia de nuestras emociones comprender los sentimientos de los demás, tolerar las presiones y frustraciones que soportamos en el trabajo, acentuar la capacidad de trabajar en equipo y adoptar una actitud empática y social, que nos brindara mayores posibilidades de desarrollo personal. (p. 97).

Según el autor la inteligencia emocional es comprender las propias emociones y las de los demás. Esto se logra mediante el trabajo mutuo demostrando una actitud asertiva.

Enfoques Contemporáneos sobre Inteligencia Emocional.

El término de Inteligencia Emocional se debe al aporte de Salovey y Mayer (2004) y posteriormente difundido por Daniel Goleman (1996). Cary Cherniss (2003), nos da puntos concretos sobre el planteamiento del tema.

Cuando Salovey y Mayer (1990) acuñaron el término de Inteligencia emocional, ellos estuvieron enterados de los trabajos previos sobre los aspectos no cognitivos de inteligencia. Según los autores señalan que la inteligencia

emocional es una forma de inteligencia social ya que es concerniente a la habilidad de supervisar los sentimientos y emociones propias y de los demás, utilizando esta información para orientar el pensamiento y los actos de uno mismo.

Salovey y Mayer también iniciaron un programa de investigación, intentaron desarrollar una medida de inteligencia emocional que explore este concepto. Por ejemplo, ellos encontraron en un estudio cuando un grupo de personas habían visto una película desconcertante, los que puntuaron alto en claridad emocional, se recuperaron más prontamente.

En otro estudio, individuos que tuvieron los puntajes más altos en la habilidad de percibir exactamente, entender y apreciar las emociones de los otros son más hábiles para responder con flexibilidad al cambio en su medio social y construir soportes sociales en cadena.

Hein en el artículo History and Definition of Emocional Intelligence, (Historia y Definición de la Inteligencia Emocional, hace una diagramación didáctica sobre la investigación de Mayer y Salovey, ordenando los procesos psicológicos desde los niveles más básicos a los más altos e integrados. Por ejemplo, el área del nivel más bajo concierne a las habilidades simples (relativamente) de percibir y expresar la emoción. En contraste, el área del nivel más alto se refiere a la regulación refleja consciente de la emoción. Añadieron que las habilidades emergen con relativa prontitud en el desarrollo que están dadas a la izquierda; después se desarrollan del lado derecho. En ellos también dijeron que, las personas con alta inteligencia emocional están esperanzadas en progresar más rápidamente a través de las habilidades designadas y dominarlas más. Las cuatro ramas de la Inteligencia Emocional:

Percepción, validación y expresión de la emoción.

Facilitación emocional del pensamiento.

Entendimiento y análisis de las emociones y empleo del conocimiento emocional. Regulación reflexiva de las emociones, promotor emocional, crecimiento emocional (Hein, 2003).

La primera implica la percepción de las emociones incluyendo las habilidades como la identificación de las emociones en los rostros, en las historias, etc.

La segunda, la facilitación emocional del pensamiento que implica las habilidades tales como: gusto, color; así también usando la emoción para el razonamiento y la resolución de problemas. La tercera área involucra el entendimiento emocional y la resolución de problemas tales como: el reconocer las emociones similares, opuesta y qué relaciones se pueden dar. La cuarta área, corresponde al manejo emocional que involucra todas las emociones en el ámbito social y la regulación de estas en uno mismo y también con los demás.

Ante esta jerarquización de las emociones presentadas por Mayer y Salovey, Hein presenta un análisis crítico; el cual para Hein complementaría el marco teórico de Mayer y Salovey. Dicha complementación se va a exponer brevemente:

Habla sobre la inteligencia potencial, un infante puede ser inteligente y no necesariamente podrá todavía leer o escribir ni responder ante Tests intelectuales. En otras palabras, las habilidades intelectuales no pueden ser demostrables en el momento pero sí se puede hablar de un potencial intelectual en el infante. No se contempla que un niño puede poseer una inteligencia emocional innata; la cual puede deteriorarse posteriormente.

Hein, considera que una persona emocionalmente inteligente sería capaz de poseer un mayor bagaje de palabras emocionales. Además, de percibir con mayor facilidad los sentimientos de uno mismo y de los demás. Referente al entendimiento emocional es mejor que se llamase conocimiento de las emociones, más que un aspecto de inteligencia emocional por sí mismo; por supuesto si uno es más inteligente emocionalmente o de otro modo, este aprendizaje tiene lugar más rápido.

El término de Inteligencia Emocional tiene como precursor al concepto de inteligencia social propuesto por Thorndike en 1920, quien sostenía, que es la habilidad para comprender y dirigir a las personas y actuar sabiamente en las

relaciones humanas, además proponía otros dos tipos de inteligencias: la abstracta, habilidad para manejar las ideas y la mecánica habilidad para entender y manejar objetos (Ugarriza; 2003). Otro grupo de investigadores sostenía que la inteligencia es una actividad dirigida a un fin, esta posición estaba representada por Wechsler en 1958; quien conceptualizaba la inteligencia como, la capacidad agregada y global del individuo para actuar con propósito, pensar racionalmente y para enfrentar de modo efectivo su medio ambiente (Ugarriza, 2003). Anteriormente a ello aparece la teoría de las inteligencias múltiples en la obra *Frames of Mind* de Gardner en 1983, su objetivo era lograr un enfoque del pensamiento humano que fuera más extenso y completo que el que podía derivarse de los estudios cognitivos realizados hasta el momento. En su propuesta del concepto de inteligencias múltiples sostiene que cada una es un sistema independiente de las demás, pero que interactúan., distingue además una estructura integrada por los siguientes tipos de inteligencia: lingüística, lógico matemática, musical, espacial, cinestésica corporal, intrapersonal e interpersonal. Cada una de estas inteligencias tiene el mismo grado de importancia, aunque nuestra sociedad ha puesto un excesivo énfasis en las inteligencias lingüísticas y lógico matemáticas. (Gardner 1983).

Existen dos formas de inteligencia personal: La Inteligencia interpersonal definida como la capacidad para entender a otras personas y lo que les motiva a trabajar de forma cooperativa, supone reconocer y responder de manera apropiada a los estados de ánimo, temperamentos, motivaciones y deseos de los demás. Es la capacidad para comprender a otros, y actuar de acuerdo a esa comprensión, también la capacidad para reconocer las diferencias entre los demás y registrar sus estados de ánimo, temperamentos e intenciones. Lo que permite comprender las necesidades de una persona en un determinado tiempo y lugar. La inteligencia intrapersonal definida como la capacidad correlativa, pero orientada hacia dentro, es la capacidad de formarse un modelo apropiado y verídico de uno mismo; de ser capaz de usar ese modelo para desenvolverse eficazmente. Representa el autoconocimiento, el acceso a los propios sentimientos, su discriminación y selección para orientar la propia vida. La inteligencia intrapersonal implica la capacidad de comprenderse a sí mismo, saber cómo se siente uno frente a distintas situaciones, conocer el tipo de emociones que tiende a experimentar, tener insight acerca de por qué uno hace

las cosas que hace y ser capaz de comportarse de acuerdo con sus necesidades, objetivos y habilidades.(Ugarriza 2003).

Inteligencia emocional.

Diversos autores han formulado definiciones sobre la inteligencia emocional y la forma de medirla. Algunas ideas importantes se pueden obtener del conjunto de estas definiciones: 1) la emoción resulta de la interacción de la persona con su entorno. 2) constituye un proceso complejo 3) es dinámica, 4) es anterior a la conciencia, y 4) atiende numerosas funciones (Fernández A. y Jiménez M, 2003). Desde la perspectiva psicológica, la inteligencia emocional intenta describir, dentro de la funcionalidad intelectual, el papel de las emociones y sus implicaciones. A partir de esta línea, se han desarrollado dos enfoques principales de conceptualización de la inteligencia emocional. (Salovey y Mayer, 1990)

El primer enfoque se refiere a los modelos mixtos, según los cuales la inteligencia emocional es un conjunto de rasgos de personalidad, competencias emocionales y sociales (Baron, 1997).

El segundo enfoque considera a la inteligencia emocional como un conjunto de habilidades relacionadas con el procesamiento cognitivo de la información emocional y la medición del desempeño del individuo con dichos procesamientos (Mayer, Salovey y Carusso, 2002). Por lo tanto, la inteligencia emocional se podría considerar como una respuesta mental organizada a un evento que incluye aspectos psicológicos, experienciales y cognitivos (Mayer 2001).

En este contexto, el presente estudio adopta la definición de Mayer y Salovey de 1997; estos autores derivaron y agruparon cuatro diferentes habilidades o ramas que forman parte de su modelo:

Identificar emociones: incluye varias pericias, como la habilidad para identificar sentimientos, expresar emociones exactas y diferenciar entre expresiones de emoción real o fingida,

Utilizar las emociones: habilidad para conseguir diversos resultados, tal como re-enfocar la atención, facilitar la toma de decisiones o utilizar emociones para generar diversos enfoques en la solución de problemas,

Comprender emociones: habilidad para comprender emociones complejas y secuencias emocionales, tales como el comportamiento o el razonamiento subyacente en una expresión de emoción o reacción, así como también la relación entre varias emociones.

Regular emociones: comprende el conocimiento de las emociones propias, la habilidad para distinguir entre emociones claras y típicas y la capacidad para resolver problemas cargados emocionalmente. Este modelo de habilidades de la inteligencia emocional ha sido descrito como un modelo cohesivo y exhaustivo por parte de sus seguidores.

Modelos de Inteligencia Emocional

Existen diversos postulados teóricos sobre Inteligencia Emocional. Mayer y Salovey buscaron clasificarlos y los agruparon en dos grandes modelos:

Modelos Mixtos (se observan variables de capacidad y personalidad)

Modelos de capacidad o habilidad.

A. Modelos Mixtos

Modelo de Bar-On

Modelo de Daniel Goleman

1. Modelo de Bar-On

Bar-On define la Inteligencia Emocional como un conjunto de habilidades y conocimientos emocionales que se manifiestan en la forma efectiva de afrontar las dificultades que se van presentando en la vida. Las capacidades emocionales se pueden dividir en dos clases que se interrelacionan entre sí: las competencias básicas y las competencias facilitadoras

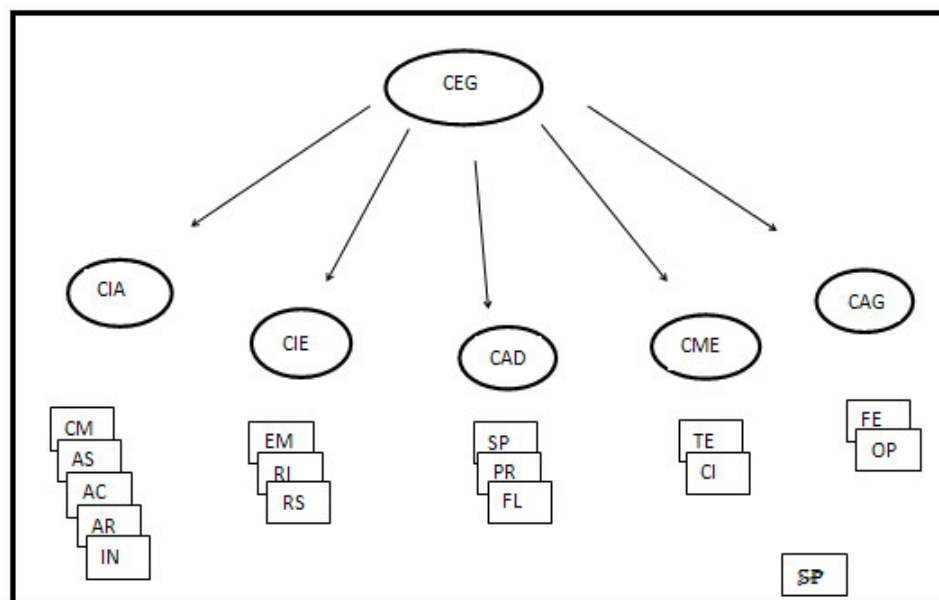
El modelo del inventario Baron (ICE).

La estructura del modelo de Barón de inteligencia no cognitiva puede ser vista desde dos perspectivas diferentes, una sistémica y otra topográfica. La visión sistémica es que ha sido descrita considerando los cinco componentes mayores de la inteligencia emocional y sus respectivos subcomponentes que se reaccionan lógica y estadísticamente, por ejemplo: relaciones interpersonales, responsabilidad social, y empatía son parte de un grupo común de componentes sistemáticamente relacionados con las habilidades interpersonales, de ahí que se hayan denominado “componentes interpersonales”. Dichas habilidades y destrezas son los componentes factoriales de la inteligencia no cognitiva y son evaluadas por el Barón Emotional quotient inventory (Baron eq-i). Este inventario genera un cociente emocional y cinco cocientes emocionales compuestos basados en las puntuaciones de 15 subcomponentes

FIGURA N° 1

Enfoque Sistémico de los 15 subcomponentes de la inteligencia emocional y social del I-CE de Baron

Fuente: Baron 1997



Abreviaturas: CEG = cociente emocional general, CIA = componente intrapersonal, CIE = componente interpersonal, CAD = componente de

adaptabilidad, CME = componente del manejo del estrés, CAG = componente del estado de ánimo en general.

SUBCOMPONENTES: CM = comprensión de sí mismo, AS = asertividad, AC= auto concepto, AR = autorrealización, IN = Independencia, EM = empatía, RI = relaciones interpersonales, RS = responsabilidad social, SP = solución de problemas, PR = prueba de la realidad, FL = flexibilidad, TE = tolerancia al estrés, CI = control de impulsos, FE = Felicidad, OP = Optimismo.

Los 3 principales componentes conceptuales de la inteligencia emocional y social involucran los 15 factores medido por el Barón eq-i (figura 1) donde se ilustra la estructura factorial del I-CE: 1-5-15.

Bar-On presenta 3 dimensiones de la inteligencia no cognitiva, las cuales son:

Dimensiones de la inteligencia emocional según Bar-On

Las definiciones de los factores de la inteligencia personal, emocional y social evaluada por el inventario de cociente emocional son:

1. Componente intrapersonal.(CIA) área que reúne los siguientes componentes:

- Comprensión emocional de sí mismo (CM). habilidad para percatarse y comprender nuestros sentimientos y emociones, diferenciarlos y conocer el porqué de estos.
- Asertividad(AS) habilidad para expresar sentimientos, creencias y pensamientos sin dañar los sentimientos de los demás.
- Autoconcepto (AC) habilidad para comprender, aceptar, y respetarse a sí mismo.
- Autorrealización (AR) habilidad para realizar lo que realmente podemos, queremos y disfrutamos hacerlo.

- Independencia. (IN) habilidad para auto dirigirse, sentirse seguro de sí mismo en nuestros pensamientos acciones y ser independientes emocionalmente para tomar nuestras propias decisiones.

2. Componente interpersonal (CIE) área que reúne los siguientes componentes:

- Empatía (EM) habilidad para percatarse, comprender y apreciar los sentimientos de los demás.
- Relaciones interpersonales (RI) habilidad para establecer y mantener relaciones mutuas satisfactorias que son caracterizadas por una cercanía emocional e intimidad.
- Responsabilidad social (RS) habilidad para demostrarse a sí mismo como un apersona que coopera, contribuye y es un miembro constructivo del grupo social.

3. Componente de adaptabilidad (CAD) área que reúne los siguientes componentes:

- Solución de problemas (SP) habilidad para identificar y definir los problemas como también para generar e implementar soluciones efectivas.
- Prueba de la realidad (PR). habilidad para evaluar la correspondencia entre lo que experimentamos y lo que en la realidad existe.
- Flexibilidad (FL) habilidad para realizar un ajuste adecuado de nuestras emociones, pensamientos y conductas a situaciones cambiantes.

El modelo de inteligencia de Baron

De acuerdo con el modelo de Baron en 1997, la inteligencia emocional es definida como un conjunto de habilidades emocionales, personales e interpersonales que influyen en nuestra habilidad general para afrontar las demandas y presiones del medio ambiente. Como tal, nuestra inteligencia emocional es un factor importante en la determinación de nuestra habilidad para tener éxito en la vida. Directamente influye en nuestro bienestar emocional

general. Según este modelo: Las personas emocionalmente inteligentes son capaces de reconocer y expresar sus emociones, comprenderse a sí mismos, actualizar sus capacidades potenciales, llevar una vida regularmente saludable y feliz, son capaces de comprender la manera como las otras personas se sienten, de tener y mantener relaciones interpersonales satisfactorias y responsables, sin llegar a ser dependientes de los demás. Son generalmente optimistas, flexibles, realistas, tienen éxito en resolver sus problemas y afrontar el estrés, sin perder el control (Baron, 1997). Así, de acuerdo con el modelo de Baron, la inteligencia general está compuesta tanto por la inteligencia cognitiva, evaluada por el CI, como por la inteligencia emocional, evaluada por el CE (coeficiente emocional). Las personas saludables que funcionan bien y son exitosas poseen un grado suficiente de inteligencia emocional. La inteligencia emocional se desarrolla a través del tiempo, cambia a través de la vida, y puede ser mejorada con entrenamiento y programas remediales como también por intervenciones terapéuticas. La inteligencia emocional se combina con otros determinantes importantes de nuestra habilidad para tener éxito en adaptarse a las demandas del medio ambiente, tales como las características básicas de la personalidad y la capacidad intelectual cognitiva.

El modelo de Baron es multifactorial y se relaciona con el potencial para el rendimiento, antes que con el rendimiento en sí mismo (por ejemplo, el potencial para tener éxito antes que con el éxito en sí mismo) es un modelo orientado en el proceso antes que un modelo orientado hacia los logros. Asimismo, el modelo de Baron de 1997 comprende cinco componentes principales: intrapersonal, interpersonal, adaptabilidad, manejo del estrés y estado de ánimo general. A su vez, cada una de estas amplias dimensiones involucra un número de subcomponentes que son habilidades relacionadas, que han sido descritas y analizadas en el estudio de la inteligencia emocional de los adultos (Ugarriza, 2003).

Un modelo relacionado fue empíricamente desarrollado por Baron en 1988, 1997 y corroborado por Ugarriza en 2003 por medio del análisis factorial confirmatorio de segundo orden; este modelo es particularmente interesante porque forma la base teórica del inventario de cociente emocional de Baron (EQ-i; Baron, 1997),

que es la medición de la inteligencia emocional más ampliamente utilizada en adultos, que ha servido de base para el desarrollo del Barón ICE

2. Modelo de Daniel Goleman

Daniel Goleman define la Inteligencia Emocional como el conjunto de competencias cognitivas y no cognitivas que facilita al sujeto el manejo de las emociones propias y de los demás.

Dimensiones de la Inteligencia Emocional

Entre las dimensiones, propuestas por Daniel Goleman, también llamadas competencias de la Inteligencia Emocional encontramos 5 que guardan relación directa con la Inteligencia Intrapersonal: autoconciencia, autorregulación y motivación, y con la Interpersonal: empatía y habilidades sociales.

Especificaremos cada una de las dimensiones:

1. Autoconciencia

Es la capacidad de reconocer un sentimiento en el mismo momento que surge, es ser consciente de los propios estados internos. Goleman distingue dos procesos, uno hace referencia al reconocimiento de los estímulos del entorno y a las expresiones que producen en el sujeto, y el otro proceso referido a la racionalización de esas manifestaciones emocionales y que supone distinguir pensamientos, acciones y emociones.

2. La Autorregulación

Esta referida al manejo de los propios estados de ánimo, impulsos y recursos. Una vez que aprendemos a detectar nuestros sentimientos podemos aprender a controlarlos, lo que significa ser capaces de reflexionar sobre los mismos, para lo cual debemos determinar la causa de las emociones, respuestas y reacciones y por último elegir mi manera de actuar.

La Autorregulación comprende las siguientes sub competencias:

Autocontrol. Es mantener vigiladas las emociones perturbadoras y los impulsos.

Confiabilidad. Es mantener estándares adecuados de honestidad e integridad.

Conciencia. Es asumir las responsabilidades del propio desempeño laboral.

Adaptabilidad. Tener flexibilidad en el manejo de las situaciones de cambio.

Innovación. Es sentirse cómodo con la nueva información, las nuevas ideas y las nuevas situaciones.

3. La Motivación

Está referida a las tendencias emocionales que guían o facilitan el cumplimiento de las metas establecidas.

La motivación comprende las siguientes sub competencias:

Impulso de logro. Es el esfuerzo por mejorar o alcanzar un estándar de excelencia académica.

Compromiso. Matricularse con las metas del grupo, curso o Institución.

Iniciativa. Es la disponibilidad para reaccionar ante las oportunidades.

Motivación Emocional

Es una de las habilidades que se desarrolla a través de la inteligencia emocional, es la motivación, que se puede encontrar en la inteligencia inter e intra personal, porque podemos motivarnos y motivar a los demás en diversas situaciones. La principal fuente de motivación es obtener frente a lo que se desea.

Motivación intrínseca. Esta viene de adentro. La gente se siente motivada porque ama sinceramente la actividad que está desempeñando.

Motivación extrínseca. Para quienes están motivados extrínsecamente, sus recompensas son factores externos. Estas personas hacen su trabajo para ganar una recompensa o evitar un castigo.

Los ejecutivos actuales y los verdaderos líderes saben que la motivación es más vital que las destrezas intelectuales o técnicas.

4. Las Habilidades Sociales

Implican ser un experto para inducir respuestas deseadas en los otros.

Cuando entendemos al otro, su manera de pensar, sus motivaciones y sus sentimientos podemos elegir el modo más adecuado de relacionarnos, básicamente haciendo uso de la comunicación.

Las Habilidades Sociales comprenden las siguientes sub competencias:

Influencia. Consiste en idear efectivas tácticas de persuasión.

Comunicación. Es saber escuchar abiertamente al resto y elaborar mensajes convincentes.

Manejo de conflictos. Es saber negociar y resolver los desacuerdos que se presenten dentro del equipo de trabajo.

Liderazgo. Es la capacidad de inspirar y guiar a los individuos y al grupo en su conjunto.

Catalizador del cambio. Iniciador o administrador de las situaciones nuevas.

Constructor de lazos. Alimentar y reforzar las relaciones interpersonales dentro del grupo.

Colaboración y cooperación. Trabajar con otros para alcanzar metas compartidas.

Capacidades de equipo. Ser capaz de crear sinergia para la persecución de metas colectivas.

Si hemos desarrollado positivamente nuestras habilidades entonces es posible que podamos llevarnos bien con los demás, además sentirás que te comprendes mejor a ti mismo, tendrás facilidad para hacer amigos, mostraras un mejor rendimiento académico.

5. Empatía

Es el reconocimiento de las emociones ajenas, es decir, es la toma de consciencia o el conocimiento de los sentimientos, las necesidades y las preocupaciones ajenas.

Tabla 01.

Criterios de respuestas de los participantes de la muestra.

1	2	3	4	5
Rara vez	Pocas veces	A veces	Muchas veces	Con mucha frecuencia

Fuente: Elaboración propia en base a escala de Likert.

2.2. Bases Teóricas de la variable “V2”. Afrontamiento al estrés.

Concepto de afrontamiento al estrés.

Endler Parker (2003 p. 35) El afrontamiento es un concepto valorado recién en las últimas dos décadas por investigaciones que intentan descubrir otras características del estrés y explicar cómo una respuesta del individuo puede manejar o no una situación perturbante o demandante.

Mikkelsen, F. (2009) menciona este aspecto al afirmar que: un evento percibido con carga de estrés, exige la puesta en marcha de diversos recursos de la persona para afrontar la situación y restablecer el equilibrio. En ese sentido, el afrontamiento tiene como principal función reducir el malestar vivenciado y el impacto sobre la persona. De ahí que se explique el afrontamiento como el proceso por el cual un individuo realiza esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes para manejar una demanda que excede sus propios recursos (Lazarus & Folkman, 1986).

Lazarus y Folkman (2000 P. 56) En este proceso de afrontamiento se plantean dos funciones: la primera se centra en la regulación de las emociones causadas por el estrés. En este tipo de afrontamiento se percibe que no se podrá modificar la situación estresante y por lo tanto se trata de disminuir el impacto sobre la persona. La segunda función se focaliza en el manejo directo del problema, al considerarse que el evento estresor puede ser modificado y se buscan soluciones para recomponer el equilibrio.

Endler y Parker (2006 p. 87) El afrontamiento es un concepto valorado recién en las últimas dos décadas por investigaciones que intentan descubrir otras características estrés y explicar cómo una respuesta del individuo puede manejar o no una situación perturbante o demandante.

Antes fueron denominados “defensas” por el enfoque psicoanalítico, posteriormente toma el nombres de afrontamiento.

Al respecto, Obrist (2004 p.19) considera el afrontamiento en base a su respuesta como una reacción de evitación (afrontamiento activo) o de no hacer nada

(Afrontamiento pasivo)

Para Lazarus (2007 p. 98), existen ocho dimensiones de afrontamiento: Confrontación, distanciamiento autocontrol búsqueda de apoyo social, aceptación de responsabilidad, escape evitación, planificación de solución de problemas y reevaluación positiva.

Para concluir, podemos definir que el afrontamiento al estrés son acciones cognitivas o conductuales de una persona expuesta a una situación estresante perturbadora, las cuales pueden ser apropiadas o inapropiadas para su integridad.

Estrategias de afrontamiento

Conociendo los recursos y afrontamiento se pueden entender las estrategias que se realizan para afrontar el estrés. Al conceptuarlas, varios teóricos las han clasificado en categorías de respuestas.

Según Fernández- Abascal (1999 p. 97).Las estrategias son procesos de afrontamiento concretos que utilizamos en los diferentes contextos y pueden cambiar en función de los estímulos y condiciones que actúen en cada momento. En relación con los estilos, estos se definen como formas de tipo personal difícilmente modificable, predisposiciones personales que utilizan determinadas estrategias para enfrentar situaciones equivalentes al concepto de rasgo, siendo la estrategia el equivalente al concepto de estado.

Agrega Valdés en (2008 p.76), que existen patrones de conducta que constituyen estilos particulares de afrontamiento, como el patrón a (personas enérgicas, activas impacientes, competitivas, agresivas y ambiciosas).

Por lo tanto, Todo lo expuesto define que las estrategias de afrontamiento son respuestas ante una situación o acción estresante.

Dimensiones de afrontamiento al estrés

Nowack, (2002) define las dimensiones de afrontamiento al estrés como:

Valoración positiva

Explora el uso de comentarios de apoyo y motivación auto dirigidos para minimizar la percepción del estrés. Se emplea esta estrategia de afrontamiento cuando se concentra en los aspectos positivos de una situación, con la finalidad de reducir el impacto de los problemas o frustraciones recientes visualizando y recordando experiencias felices para una situación problemática.

Minimización de la amenaza

Minimización de la Amenaza. Conocida también como “evitación” es una forma de afrontar los estresores mediante la mitigación de su significación o no extenderse en ellos. La gente emplea esta estrategia cuando bromea o se burla de alguna situación problemática; desviándolo intencionalmente su atención de un problema, borrándolo de su mente o descalificándolo.

Concentración en el problema

Concentración en el Problema. Indaga acerca de la inclinación de una persona de hacer intentos activos de cambiar su conducta o los estresores ambientales. La gente utiliza el afrontamiento centrado en el problema cuando desarrolla Un plan de acción específico para enfrentar una situación, piden a otros que hagan cambios determinados para aliviar las circunstancias estresantes o analiza su propia experiencia y la de otros para determinar un curso de acción eficaz para

resolver un evento. La escala de estilos de afrontamiento permite identificar si el sujeto utiliza o no los estilos de afrontamiento ante situaciones estresantes. Cada tipo de estilo se puntúa de manera independiente uno del otro. Este perfil es un instrumento que se desarrolló y normativizó para población general. Como tal, su empleo es apropiado con la mayor parte de las muestras de alumnos adultos promedio. Las normas de estandarización se desarrollaron con base en datos obtenidos de una muestra (N= 1111) con individuos adultos sanos de 20 a 80 años y media de edad 39.5; provenientes de diferentes campos laborales: cuidado de la salud, aeronáutica, universidades, manufactura, así como servicio de alimentos. Los mismos que estuvieron agrupados por grupo étnico, género, nivel educativo y edad (Nowack, 2002). El instrumento cuenta con una homogeneidad de la escala y confiabilidad.

La Autoeficacia

Godoy – Izquierdo (2004 p.75) Es definida como el conjunto de creencias en los recursos personales para manejar las situaciones demandantes y estresantes de una forma eficaz y competente, esto es, para reducir, eliminar o incluso prevenir el estrés experimentado en esta clase de situaciones, para disminuir su impacto y para controlar, de esta forma, sus consecuencias no deseadas.

También como en la autoeficacia, en el caso de la AE se podría hablar de dos tipos de expectativas: las Expectativas de Eficacia en el afrontamiento del estrés se referirían a los juicios subjetivos sobre las capacidades personales para organizar y ejecutar eficazmente cursos de acción tanto para manejar la situación como para regular la emoción. Las Expectativas de Resultado se referirían a las creencias personales de que tales acciones permitirían a la persona obtener los resultados deseados en el manejo de una determinada situación y sus consecuencias en diferentes esferas vitales relevantes (relaciones interpersonales, éxito laboral, clima familiar, bienestar personal, seguridad personal o satisfacción subjetiva).

En la teoría del estrés y del afrontamiento de Lazarus & Folkman (2000), citado en Godoy-Izquierdo, D. et al., 2008, se define el proceso de estrés como el resultado de un desequilibrio entre las demandas y los recursos personales en la

relación persona-ambiente. Una persona experimentará estrés solamente si juzga una situación como personalmente significativa (relevante, novedosa, desafiante, negativa, aversiva...) y que requiere una determinada acción o cadena de acciones para dar respuesta a la misma, y simultáneamente considera que sus recursos personales para dar dicha respuesta y solucionarla son inadecuados, insuficientes o ineficaces.

Personalidad

Según Oblitas, L. (2010): la personalidad puede jugar un papel importante en la caracterización de las respuestas psicológicas ante las diversas situaciones a las que se enfrentan. Así, desde el punto de vista de los modelos biológicos de la personalidad, la respuesta ante una determinada situación amenazante estará determinada por el grado de habilidad emocional del sujeto (nivel de neuroticismo para Eysenck) el cual, responde a una predisposición biológica a reaccionar con una hiperactivación del sistema nervioso vegetativo. Pero también, como defiende Eysenck (1973), el nivel de ansiedad que pueda experimentar un individuo estará en función del nivel de preocupación que sienta, componente cognitivo de la ansiedad y mucho más ligado a la dimensión de extraversión que a la de neuroticismo. Asimismo, la respuesta a una amenaza también estará determinada por el grado de susceptibilidad del sujeto a determinado tipo de estímulos (nivel de ansiedad para Gray, 1987), el será condicionado por el nivel de activación del Sistema de Inhibición Conductual (SIC). De igual forma, desde el punto de vista de los modelos biológico-cognitivos, tal respuesta estará determinada por la predominancia hemisférica y la forma de procesar los estímulos amenazantes:

Control emocional

Varios estudios han sugerido que las emociones guardan relación con el estrés. De acuerdo con su estado emocional, inducido por situaciones potencialmente estresantes, los alumnos afrontan dichas situaciones (Spector y Goh, 2001). En otras palabras, la manera como los individuos perciben las situaciones y los acontecimientos estresantes influyen sobre sus emociones. De esta manera, se argumenta que el control emocional desempeña una función importante en el

manejo del estrés (Slaski y Cartwright, 2002). Algunos estudios han sugerido que los alumnos emocionalmente inteligentes saben atender a las emociones originadas en su entorno, comprenden las posibles causas y consecuencias de ellas y desarrollan estrategias para regular o manejar estos estados emocionales.

En algunos de los escasos estudios que han explorado las relaciones entre el control emocional y el estrés, se encontraron relaciones negativas entre ambas variables (Gardner y Stough, 2003; Slaski y Cartwright, 2002). Por ejemplo, encontraron que los alumnos que poseían una alta capacidad de inteligencia emocional habían sufrido menos estrés subjetivo, alcanzaban un mejor bienestar físico y psicológico y habían logrado un alto nivel de desempeño académico. De acuerdo con estos resultados, entonces, se puede sostener que la relación entre la inteligencia emocional y el estrés se basaría en la suposición de que las emociones negativas y el estrés subsiguiente son el resultado de alguna relación disfuncional entre el individuo y el entorno. Siguiendo este argumento, la inteligencia emocional no solo estaría dentro del ámbito de las emociones como tales, sino que más bien se convertiría en la habilidad de los individuos que integran efectivamente emociones con pensamiento y comportamiento para así actuar y reducir las experiencias emocionales negativas (Salovey, Mayer y Carusso; 2002).

Estrés y el manejo de emociones

Las habilidades de inteligencia emocional ejercen efectos beneficiosos para el alumnado a nivel preventivo. Es decir, la capacidad para razonar sobre nuestras emociones, percibir las y comprenderlas, como habilidad intrínseca del ser humano, implica, en último término, el desarrollo de procesos de regulación emocional que ayudarían a moderar y prevenir los efectos negativos del estrés a los que los alumnos están expuestos diariamente. Pero, ¿por qué es necesario aprender a razonar, comprender y regular nuestras emociones en el contexto educativo? El motivo es que la actividad académica es uno de los roles con mayor riesgo de padecer distintas enfermedades. Resumidamente, es una cruda realidad que los alumnos hoy en día experimentan de forma cada vez más creciente una variedad de trastornos y síntomas relacionados con la ansiedad, la ira, la depresión y el conocido síndrome de estar quemado o burnout. Estos problemas de salud mental además se agravan, en algunos casos, con la

aparición de diferentes alteraciones fisiológicas (úlceras, insomnio, dolores de cabeza tensionales,...) como consecuencia de diversos estresores en el ámbito estudiantil que van articulando su aparición y desarrollo por realizar las tareas escolares encomendadas y el bajo rendimiento se han convertido en importantes fuentes de estrés para el alumnado que afectan a su rendimiento académico (Durán, Extremera y Rey, 2001).

Modos y estilos de afrontamiento al estrés

De hecho, existen tantas categorizaciones de las estrategias de afrontamiento como autores han tratado el tema, Feurstein en 1986, por ejemplo, habla de estilos activos o evitativos. Los estudios realizados ponen de manifiesto que la utilización de estrategias de afrontamiento activas, es decir; aquellas que están orientadas o dirigidas a solucionar con todas sus fuerzas el problema, están asociadas a un mayor bienestar (Viñas, Caparrós y Massegú, 1999). Por el contrario, las estrategias centradas en las emociones o el escape parecen estar asociados a un mayor malestar, (Scheier y Carver, 1993) .

Los estilos de afrontamiento se pueden considerar como disposiciones generales que llevan al individuo a pensar y actuar de forma más o menos estable ante las diferentes situaciones (Sandin, 1995; citado por Ballester et al,2006). Cuando una persona valora o aprecia una situación como dañina, amenazante o de desafío, elabora inmediatamente una respuesta potencial de afrontamiento. El afrontamiento no es automático, es un patrón susceptible de ser aprendido frente a las situaciones problemáticas. Otra característica es que el afrontamiento requiere un esfuerzo, unas veces consciente, otras no, pero que requiere un esfuerzo dirigido a manejar la situación, que en ocasiones cuando no se puede cambiar, requiere un esfuerzo para adaptarse a ella (Moran, 2005).

Son modos de afrontamiento centrados en el problema:

Perfil del estrés

Lazarus y Folkman en 1986 definen el concepto de estrés refiriéndose a las interrelaciones que se producen entre la persona y su contexto, en el que está inserto. el estrés se produce cuando la persona valora lo que sucede como algo que supera los recursos con los que cuenta y pone en peligro su bienestar

personal. por medio se encuentra la evaluación cognitiva que realiza el sujeto; pero además, tiene en cuenta el elemento emocional que conlleva esta situación.

Más adelante, este autor nos aporta un nuevo concepto, el afrontamiento del estrés. lo que plantea Lazarus es que ante situaciones estresantes, las personas despliegan unos “esfuerzos cognitivos y conductuales cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” Estos mecanismos de afrontamiento, a la vez que sirven para manipular el problema en sí, son esenciales para regular las respuestas emocionales que pueden aparecer ante circunstancias estresantes. (Lazarus y Folkman, 1986).

Según el autor, cada persona tiene una manera determinada de afrontar el estrés. Son muchos los factores que pueden llegar a determinar los mecanismos de afrontamiento. Por un lado, puede estar influenciado por recursos relacionados con el estado de salud o con la energía física con la que se cuenta; pero también entran en juego otros factores como las creencias existenciales que se tengan, religiosas o no; las creencias generales relativas al control que podemos ejercer sobre el medio y sobre nosotros mismos; el aspecto motivacional también puede favorecer el afrontamiento, así como las capacidades para la resolución de problemas o las habilidades sociales; además, Lazarus añade el apoyo social y los recursos materiales como otros factores que hay que tener presentes (Lazarus y Folkman, 1986).

El estrés produce cambios químicos en el cuerpo. En una situación de estrés, el cerebro envía señales químicas que activan la secreción de hormonas (catecolaminas y entre ellas, la adrenalina) en la glándula suprarrenal. Las hormonas inician una reacción en cadena en el organismo: el corazón late más rápido y la presión arterial sube; la sangre es desviada de los intestinos a los músculos para huir del peligro; y el nivel de insulina aumenta para permitir que el cuerpo metabolice más energía; estas reacciones permiten evitar el peligro. A corto plazo, no son dañinas. Pero si la situación persiste, la fatiga resultante será nociva para la salud general del individuo. El estrés puede estimular un exceso de ácido estomacal, lo cual dará origen a una úlcera o puede contraer arterias ya dañadas, aumentando la presión y precipitando una angina o un paro

cardíaco. Así mismo, el estrés puede provocar una pérdida o un aumento del apetito con la consecuente variación de peso en la persona. (Nowack 2002).

Los episodios breves de estrés trastornan el funcionamiento del organismo; sin embargo los síntomas desaparecen cuando el episodio cede. Esto ocurre con mayor facilidad si la persona posee tácticas efectivas para enfrentar el estrés y si expresa sus sentimientos normalmente. La mejor manera de prevenir y hacer frente al estrés es reconocer cuándo aumentan nuestros niveles de tensión y ante qué estímulos o situaciones.

El test perfil de estrés; fue elaborado por Kenneth M. Nowack en el 2002. está diseñada para una evaluación amplia del estrés y del riesgo para la salud que incluye todos los factores claves que han demostrado regular la relación entre estrés y enfermedad. Esta prueba, más que evaluar cómo los eventos de la vida causan estrés y afectan la salud del individuo. Ésta escala está basada en el enfoque cognitivo-transaccional del estrés y el afrontamiento, desarrollado por Lazarus y sus colaboradores, nos proporciona puntuaciones a cerca de los estilos de afrontamiento al estrés en donde valora 4 estrategias de afrontamiento: valoración positiva, valoración negativa, minimización de la amenaza y concentración en el problema. Una puntuación ≥ 60 o más en cualquiera de estas escalas indica un uso frecuente de esa estrategia, una puntuación inferior a ≥ 40 sugiere una ausencia relativa de la estrategia en el repertorio común de estilos de afrontamiento del individuo. Esta puntuación sugiere un uso bajo de la valoración negativa. Las puntuaciones de ≥ 40 a 59 se consideran puntuaciones medias o moderadas cada una de estas estrategias puede ser eficaz para reducir el estrés. La valoración positiva: explora el uso de comentarios de apoyo, motivación autodirigida para minimizar la percepción de estrés. Se concentra en los aspectos positivos de una situación, recordando otras experiencias felices o visualizando soluciones positivas para una situación. La valoración negativa se caracteriza por la autoculpabilidad, la crítica o pensamientos catastróficos. La gente utiliza esta estrategia cuando se concentra en los peores aspectos o consecuencias de una situación. Reflexiona sobre las cosas que debieron o no haber hecho o pasado la minimización de la amenaza o evitación: es cuando se mitiga la significación de la situación.

la concentración en el problema: la persona se involucra por hacer intentos por cambiar su conducta o los estresores ambientales. se utiliza cuando se desarrolla un plan de acción específico para enfrentar la situación.

Los agentes estresantes o situaciones de estrés.

Según refiere Cía (2009) pueden ser de diferente índole y duración, externos e internos, pudiéndoselos dividir en:

Estrés somático o físico

Exceso de calor, frío u otras condiciones ambientales adversas.

Exceso de ruido, contaminantes ambientales, agresiones visuales.

Actividades físicas excesivas o inexistentes (sedentarismo).

Dolor y enfermedades somáticas.

Estrés psíquico

Éxitos o fracasos personales notables.

Frustración, insatisfacción y ausencia de objetivos.

Situaciones de cambio vital o de transición en los roles ejercicios (recibirse, retirarse o jubilarse, separarse o enviudar).

Estrés sociocultural

Familiares: desavenencias conyugales, pérdida de la autoridad paterna, maternidad, etc.

Laborales: insatisfacción, mal ambiente de trabajo, sobre o sub estimulación desocupación.

.

Sociales: reducción del espacio vital, ingresos insuficientes, aglomeraciones, malas condiciones urbanas, agresión de los medios masivos de comunicación, pobreza, marginación social o étnica, etc.

Causas del estrés individual y derivadas de la personalidad

No solo los líderes con menor inteligencia emocional provocan estrés y la consiguiente pérdida de rendimiento académico. Según Nowack en 2009, existen otros factores tales como la escasez de ejercicio físico, una mala alimentación, las relaciones amicales o el sueño. Si se duerme dos horas menos de las que se necesita la capacidad de concentración y trabajo empeora considerablemente aunque las condiciones en el aula y en el hogar influyen en el estrés, autores como Furham en 2006, afirman que el estrés es influido por factores individuales, como los rasgos de la personalidad, estilos de atribución, mecanismos para afrontar e inteligencia. Hay diferentes factores individuales que parecen hacer que las personas sean más propensas que otras al estrés.

Neurosis y estabilidad: los preocupados y ansiosos

Hay una bibliografía uniforme en la que se sugiere que la gente con efectos negativos, es decir, con una mezcla de ansiedad, irritabilidad, neurosis y baja autoestima, suele ser menos responsables académicamente y sentirse menos satisfecha con su ámbito estudiantil, y es más tendiente al ausentismo.

Los neuróticos tienden a pensar durante todo el tiempo en sus errores, desilusiones y carencias, a fijarse más en lo malo del mundo en general. Tal parece que son más propensos al estrés y menos capaces de manejarlo. Además la mayoría de ellos se saben neuróticos, pero parecen incapaces de hacer algo al respecto. Muchas veces, la neurosis se asocia con un alto índice de ausentismo y una baja moral entre los alumnos (Furham, 2006).

Tabla 02.

Criterios de respuestas de los participantes de la muestra.

1	2	3	4	5
Nunca	Rara vez	Algunas veces	A menudo	Siempre

Fuente: Elaboración propia en base a escala de Likert.

2.3 Definición de términos básicos

Afrontamiento al estrés: concepto valorado recién en las últimas dos décadas por investigaciones que intentan descubrir otras características del estrés y explicar cómo una respuesta del individuo puede manejar o no una situación perturbante o demandante.

Autoeficacia: conjunto de creencias en los recursos personales para manejar las situaciones demandantes y estresantes de una forma eficaz y competente, esto es, para reducir, eliminar o incluso prevenir el estrés experimentado en esta clase de situaciones, para disminuir su impacto y para controlar, de esta forma, sus consecuencias no deseadas. Godoy – Izquierdo (2004 p.75)

Autorrealización: Habilidad para comprender, aceptar y respetarse a sí mismo, aceptando nuestros aspectos positivos y negativos, como también nuestras limitaciones y posibilidades. Bar – On (1979), citado por Ugarriza y Pajares (2013, p.14).

Componente de Adaptabilidad: permite apreciar cuán exitosa es la persona para adecuarse a las exigencias del entorno. Bar – On (1979), citado por Ugarriza y Pajares (2013, p.14).

Componente del estado de ánimo: mide la capacidad de la persona para disfrutar de la vida, la perspectiva que tenga de su futuro. Bar – On (1979), citado por Ugarriza y Pajares (2013, p.14).

Componente del manejo del Estrés: Habilidad para soportar eventos adversos, situaciones estresantes y fuertes emociones. Bar – On (1979), citado por Ugarriza y Pajares (2013, p.14).

Componente Intrapersonal: Abarca las habilidades y el desempeño interpersonal. Bar – On (1979), citado por Ugarriza y Pajares (2013, p.14).

Componente Intrapersonal: Evalúa el sí mismo y el yo interior. Bar – On (1979), citado por Ugarriza y Pajares (2013, p.14).

Inteligencia: es definida para denotar únicamente la habilidad cognitiva para aprender y razonar. (Sternberg, 2000, p. 48).

Inteligencia emocional: conjunto de habilidades personales, emocionales, sociales y de destreza que influye en nuestra habilidad para adaptarse y enfrentar a las demandas y presiones del medio. Bar – On (1979), citado por Ugarriza y Pajares (2003, p. 13).

Personalidad: la personalidad puede jugar un papel importante en la caracterización de las respuestas psicológicas ante las diversas situaciones a las que se enfrentan. Oblitas, L. (2010):

Rendimiento Académico: Según Novaez (1986) sostiene que “el rendimiento académico es el quantum obtenido por el individuo por determinada actividad académica. El concepto de rendimiento está ligado al de aptitud y sería el resultado de esta, de factores volitivos afectivos y emocionales, además de la ejercitación”. (p, 23).

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 Tipificación de la investigación.

Cuadro N° 4

Según el tipo de conocimiento previo en la investigación	Científica
Según la naturaleza del objeto de Studio	Factual o Empírica
Según el tipo de pregunta planteada en el problema	Descriptivo relacional no causal
Según el método de contrastación de las hipótesis	Ex post facto
Según el método de estudio de las Variables	cuantitativa
Según el número de variables	bivariadas
Según el ambiente en que se realiza	Bibliográfica o de campo
Según el tipo de datos que producen	secundario
Según el enfoque utilitario	Teorética
Según la profundidad con que se trata el tema	Exploratorio
Según el tiempo de aplicación de la variable	Trasversal o sincrónicas

3.2 Operacionalización de Variables

Cuadro N° 5

VARIABLE	DEFINICIONES	DIMENSIONES	INDICADORES	INDICE	
	CONCEPTUAL	OPERACIONAL			
INTELIGENCIA EMOCIONAL	Baron (2005 p. 39), la inteligencia emocional es un conjunto de habilidades personales, emocionales y sociales y destrezas que influyen en nuestra habilidad para adaptarnos y enfrentar las demandas y presiones del medio, como tal nuestra inteligencia no cognitiva es un factor importante en la determinación de la habilidad para tener éxito en la vida, influyendo directamente en el bienestar general y en la salud emocional	La inteligencia emocional “una forma de interactuar con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos, y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental y esto se logrará teniendo en cuenta las dimensiones: Autoconocimiento, Autorregulación, Empatía y Habilidades sociales.	Intrapersonal	Autoconciencia Asertividad Autoconsideración Autorrealización	1 – 75
			Interpersonal	Independencia emocional	76 – 101
			Adaptabilidad	Empatía Responsabilidad Social Relación Interpersonal	102 – 133
				Examen de la realidad Flexibilidad Solución de problemas	

AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS	Lazarua y Folkman 1986 citado por Nowack (2007 p. 76), son esfuerzos cognitivos y conductuales cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo.	Capacidad individual de conocimiento y experiencia que activan conductas frente a una situación estresante. Cuyas dimensiones son: Valoración positiva, Minimización de las amenazas, Concentración en el problema.	Valoración positiva	Manejo de estrés Autoeficacia Personalidad	1 – 7
			Minimización de las amenazas	Control de emociones Autoestima Asertividad	8 – 14
			Concentración en el problema	Tolerancia Manejo del estrés	15 – 19

3.3 Estrategia para la prueba de hipótesis.

El estudio de la presente investigación tiene dos variables; la variable Independiente (Inteligencia Emocional) y la variable dependiente (Afrontamiento al Estrés).

Por el nivel de conocimiento, es explicativa porque da respuesta al porqué de la investigación y establece relaciones entre las variables para conocer la estructura y factores que intervienen en el proceso.

El diseño aplicable es correlacional no causal, el cual permitirá la relación entre las variables de estudio, se representa de la siguiente manera:

IE ← AE

IE	=	INTELIGENCIA EMOCIONAL
AE	=	AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS

3.4 Población y muestra.

La población se define como el conjunto de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones. Hernández, et al (2006, p. 174). El marco poblacional está constituido por 190 estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014

Tabla 3

Población de estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014

Aulas:	Estudiantes:
A - 201	25
A - 204	25
A - 205	25
B - 201	25
B - 202	25
B - 203	25
C - 201	20
C - 202	20
TOTAL ESTUDIANTES	190

Fuente: Oficina de Registros Académicos de la Facultad de Ciencias de la Salud en la Universidad Alas Peruanas

Muestra

La muestra es el subgrupo de la población del cual se recolectan los datos y debe ser representativo de ésta. Hernández, et al (2006, p.173), de la población conformada por 190 estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014, se obtuvo el tamaño de la muestra, teniendo en cuenta el tipo de muestreo cenal ya que la población es finita.

3.5. Instrumentos de recolección de datos

El instrumento que se aplicara para la recolección de datos serán dos cuestionarios estructurados, para quienes forman parte del objeto de estudio, con el fin de recoger todos los datos necesarios que ayuden a establecer pautas y lineamientos para el análisis de la Inteligencia Emocional y el Afrontamiento al estrés. La elaboración del instrumento de recolección de datos consta de dos aspectos:

La Inteligencia Emocional propiamente dicha, a través de los documentos psicológicos de la universidad en investigación y por otro los procesos como el cambio de actitud de los estudiantes, participación del docente, recursos pedagógicos del docente y toma de decisiones los mismos que serán aplicados a los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

FICHA TECNICA

CUESTIONARIO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

AUTOR:

Ámbito de la aplicación: Estudiantes del IX ciclo de la Escuela
Profesional de Odontología de la Universidad
Alas Peruanas, 2014

Duración: 30mn.

Técnica la encuesta. El cuestionario

El cuestionario está estructurado en 133 ítems de respuesta cerrada y redactadas en forma de enunciados positivos sobre los que los estudiantes tienen que mostrar su grado de acuerdo o desacuerdo, por medio de una escala de 1 a 5, donde el 1 expresa el nivel Nunca y el 5 el nivel Con mucha frecuencia.

Norma de corrección para La Inteligencia Emocional

Nivel	Inteligencia Emocional	COMPONENTE INTRAPERSONAL	COMPONENTE INTERPERSONAL	ADAPTABILIDAD
	Rango	Rango	Rango	Rango
Completa	76-96	31-39	10-12	13-15
Medianamente Completa	54-75	22-30	7-9	9-12
In su Inicio	32-53	13-21	4-6	5-8

CUESTIONARIO DEL AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS

AUTOR:

Ámbito de la aplicación: Estudiantes del IX ciclo de la Escuela
Profesional de Odontología de la Universidad
Alas Peruanas, 2014

Duración: 30mn.

Técnica la encuesta. El cuestionario

El cuestionario está estructurado en 19 ítems de respuesta cerrada y redactadas en forma de enunciados positivos sobre los que los estudiantes tienen que mostrar su grado de acuerdo o desacuerdo, por medio de una escala de 1 a 5, donde el 1 expresa el nivel Nunca y el 5 el nivel Siempre.

Norma de corrección para El Afrontamiento del estrés

Nivel	Afrontamiento del estrés		Minimización de las	Concentración en el problema
		Valoración positiva		
	Rango	Rango	Rango	Rango
Completa	76-96	31-39	10-12	13-15
Medianamente completa	54-75	22-30	7-9	9-12
In su Inicio	32-53	13-21	4-6	5-8

Tamaño de la muestra

186 estudiantes

3.5.2 Validez de los Instrumentos

Se define validación de los instrumentos como la determinación de la capacidad de los instrumentos para medir las cualidades para los cuales fueron contruidos. Por cuanto este proceso se dio por juicio de expertos, para lo cual recurrimos a la opinión de 3 Doctores de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos quienes determinaron la pertinencia muestral de los instrumentos. A ellos se les entrego la matriz de consistencia, los instrumentos y la ficha de validación donde se determinaron los indicadores respectivos.

Sobre la base del procedimiento de validación descrita, los expertos consideraron la existencia de una estrecha relación entre los criterios y objetivos del estudio en los ítems constitutivos de los dos instrumentos de recopilación de la información. Asimismo emitieron los resultados que se muestran en el cuadro:

Cuadro N° 6

Nivel de validez de los cuestionarios, según el juicio de expertos

EXPERTOS	Inteligencia Emocional	Afrontamiento al estrés
	%	%
Dra. Jesahel Vildoso Villegas	94	92
Dra. Elsa Barrientos Jiménez	93.66	92
Mg. Edgar Damián Nuñez	89	94
PROMEDIO	92.66	93

Los valores resultantes, después de tabular la calificación emitida por los expertos, sobre La Inteligencia Emocional y el afrontamiento del estrés, determinar el nivel de validez y se presenta el siguiente cuadro:

Cuadro N° 7

VALORES DE LOS NIVELES DE VALIDEZ

Valores	Niveles de Validez
91 -100	Excelente
81 -90	Muy Bueno
71 – 80	Bueno
61 – 70	Regular
51 – 60	Deficiente

Dada la validez de los instrumentos por juicio de expertos, donde el cuestionario sobre La inteligencia emocional, obtuvo el valor de 92.66%, y el afrontamiento del estrés, obtuvo el valor de 93 %, podemos deducir que el cuestionario sobre La Inteligencia Emocional y el afrontamiento del estrés, tiene un nivel de validez excelente por encontrarse dentro del rango del 91 - 100 en valores.

3.5.3 Confiabilidad de los instrumentos

1. Para la validación del cuestionario “Inteligencian emocional” se utilizó el Alfa de

Cronbach's, el cual arrojó el siguiente resultado:

**Estadísticos de
fiabilidad**

Alfa de Cronbach's	N de elementos
,922	133

El coeficiente alfa es 0.922, por lo que nos está indicando que existe una alta confiabilidad en el cuestionario.

2. Para la validación del cuestionario "Afrontamiento del estrés" se utilizó el Alfa de

Cronbach's, el cual arrojó el siguiente resultado:

**Estadísticos de
fiabilidad**

Alfa de Cronbach's	N de elementos
,922	19

El coeficiente alfa es 0.922, por lo que nos está indicando que existe una alta confiabilidad en el cuestionario.

CAPÍTULO IV

TRABAJO DE CAMPO Y PROCESO DE CONTRASTE DE LA HIPÓTESIS

Presentación, análisis e interpretación de los datos.

En este capítulo se presenta las características de la población muestral respecto a la relación que existe entre las variables Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014. Con el fin de hacer esta descripción de forma ordenada y comprensible se considera:

- Análisis e interpretación de los datos (**Análisis exploratorio**) donde se describirá detalladamente variable por variable:
- Descripción e interpretación de los resultados de la variable Inteligencia Emocional en los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.
- Descripción e interpretación de los resultados de la variable el afrontamiento del estrés en los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.
- Proceso de la prueba de Hipótesis: Donde utilizaremos la correlación de Spearman.

4.1 Análisis e interpretación de los datos.

4.1.1 Análisis e interpretación de las variables Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

Para Evaluar la variable Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014, procedimos elaborar un cuestionario de medición conformado por 133 preguntas y para la variable afrontamiento del estrés conformado por 19 preguntas en estos instrumento recogeremos información referente a los indicadores que nos conlleve a elaborar el diagnóstico La inteligencia emocional como: componente intrapersonal,

componente interpersonal y adaptabilidad , que son factores que influyen directamente en el afrontamiento del estrés. Frente a cada pregunta del cuestionario, el entrevistado respondió las alternativas que le permitió evaluar en la escala de 1 a 5. (1=Nunca, 2= Pocas veces, 3= A Veces, 4= Muchas veces y 5= Con mucha frecuencia). Las alternativas de la variable afrontamiento del estrés, se tuvo en cuenta la escala del 1 al 5. (1=Nunca, 2= Rara vez, 3= Algunas veces, 4= A menudo y 5 = Siempre). Una vez obtenido la puntuación pregunta por pregunta se procedió a dar una calificación a cada factor influyente en La Inteligencia Emocional y el afrontamiento del estrés.

Una vez obtenido las puntuaciones para cada factor de La inteligencia emocional y el afrontamiento del estrés se sumó las puntuaciones de cada factor para así poder dar una calificación general al cuestionario obteniéndose una puntuación mínima de 32 y una máxima de 96.

Cuadro N° 8

Inteligencia emocional y Estilos de afrontamiento al estrés

			Estilos de afrontamiento al estrés			Total
			No óptimo	Promedio	Óptimo	
Inteligencia emocional	Debe mejorar		6	22	11	39
			3.2%	11.6%	5.8%	20.5%
	Promedio		20	48	30	98
			10.5%	25.3%	15.8%	51.6%
	Excelente		9	26	18	53
			4.7%	13.7%	9.5%	27.9%
Total			35	96	59	190
			18.4%	50.5%	31.1%	100.0%

Fuente: encuesta a en los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014

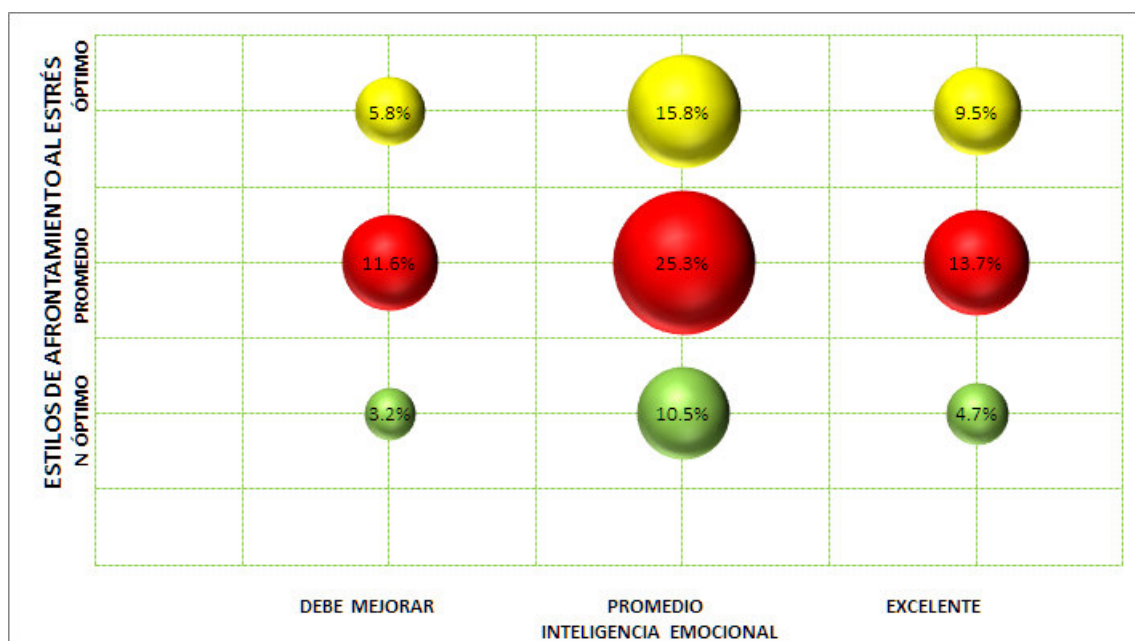


Figura 1: Inteligencia emocional y Estilos de afrontamiento al estrés

Interpretación:

Sobre Inteligencia emocional: se observa que existe un grupo de estudiantes manifiestan con respecto a la inteligencia emocional se encuentra en el nivel promedio 51,6%(98), este resultado es alentador para los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014. Por otro lado, el 27,9%(53) de estudiantes señalan que la inteligencia emocional se ubica en el nivel excelente y solo el 20,5%(39) de los estudiantes opinan que la inteligencia emocional se encuentra en el nivel debe mejorar.

Sobre estilos de afrontamiento al estrés: se observa que existe un grupo de estudiantes con el 50,5%(96) quienes afirman que los estilos de afrontamiento al estrés se encuentra en el nivel promedio, este resultado es alentador para los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014, en vista que otro grupo de 31,1%(59) señalan que los estilos de afrontamiento al estrés se ubica en óptimo y finalmente el 18,4%(35) señalan que los estilos de afrontamiento al estrés se ubica en el nivel no óptimo.

Sobre la relación de las dos variables: se observa que los estudiantes consideran que el 3,2%(6) que la inteligencia emocional se ubica en el nivel debe mejorar y los estilos de afrontamiento al estrés en el nivel no óptimo. Asimismo, otro grupo de estudiantes con el 23,3%(48) lo consideran el nivel promedio para la inteligencia emocional y el nivel promedio para los estilos de afrontamiento al estrés. Se infiere de los resultados obtenidos, que la relación es positiva, es decir a un nivel excelente de la inteligencia emocional, entonces existirá un nivel óptimo en los estilos de afrontamiento al estrés.

Cuadro N° 9

Intrapersonal y Estilos de afrontamiento al estrés

		Estilos de afrontamiento al estrés			Total
		No óptimo	Promedio	Óptimo	No óptimo
Intrapersonal	Debe mejorar	6	22	11	39
		3.2%	11.6%	5.8%	20.5%
	Promedio	12	24	14	50
		6.3%	12.6%	7.4%	26.3%
	Excelente	17	50	34	101
		8.9%	26.3%	17.9%	53.2%
Total		35	96	59	190
		18.4%	50.5%	31.1%	100.0%

Fuente: encuesta a en los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014

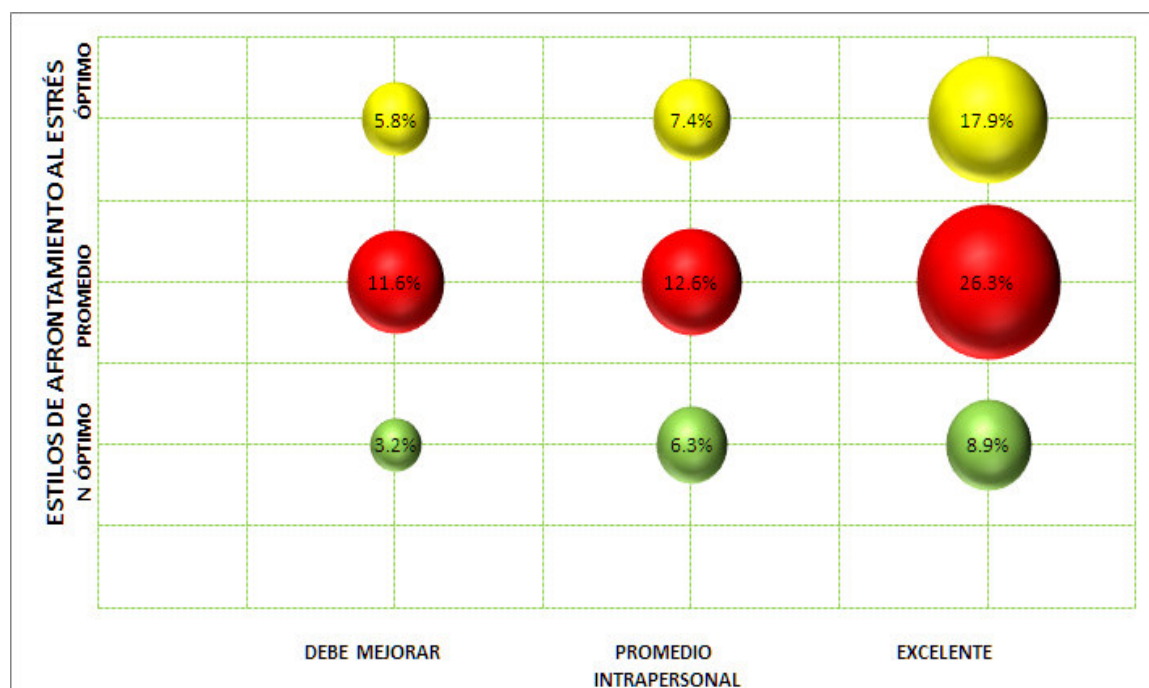


Figura 2: Intrapersonal y Estilos de afrontamiento al estrés

Interpretación:

Sobre intrapersonal se observa que existe un grupo de estudiantes manifiestan con respecto a la inteligencia emocional en la dimensión intrapersonal se encuentra en el nivel excelente 53,2%(101), este resultado es alentador para los

estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014. Por otro lado, el 26,3%(50) de estudiantes señalan que la inteligencia emocional en la dimensión intrapersonal se ubica en el nivel promedio y solo el 20,5%(39) de los estudiantes opinan que la inteligencia emocional en la dimensión intrapersonal se encuentra en el nivel debe mejorar.

Sobre estilos de afrontamiento al estrés: se observa que existe un grupo de estudiantes con el 50,5%(96) quienes afirman que los estilos de afrontamiento al estrés se encuentra en el nivel promedio, este resultado es alentador para los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014, en vista que otro grupo de 31,1%(59) señalan que los estilos de afrontamiento al estrés se ubica en óptimo y finalmente el 18,4%(35) señalan que los estilos de afrontamiento al estrés se ubica en el nivel no óptimo.

Sobre la relación de las dos variables: se observa que los estudiantes consideran que el 3,2%(6) que la inteligencia emocional en la dimensión intrapersonal se ubica en el nivel debe mejorar y los estilos de afrontamiento al estrés en el nivel no óptimo. Asimismo, otro grupo de estudiantes con el 26,3%(50) lo consideran el nivel excelente para la inteligencia emocional en la dimensión intrapersonal y el nivel promedio para los estilos de afrontamiento al estrés. Se infiere de los resultados obtenidos, que la relación es positiva, es decir a un nivel excelente de la inteligencia emocional en la dimensión intrapersonal, entonces existirá un nivel óptimo en los estilos de afrontamiento al estrés.

Cuadro N° 10

Interpersonal y Estilos de afrontamiento al estrés

		Estilos de afrontamiento al estrés			Total
		No óptimo	Promedio	Óptimo	
Interpersonal	Debe mejorar	11	37	20	68
		5.8%	19.5%	10.5%	35.8%
	Promedio	7	28	19	54
		3.7%	14.7%	10.0%	28.4%
	Excelente	17	31	20	68
		8.9%	16.3%	10.5%	35.8%
Total		35	96	59	190
		18.4%	50.5%	31.1%	100.0%

Fuente: encuesta a en los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Peruana Los Andes, 2014

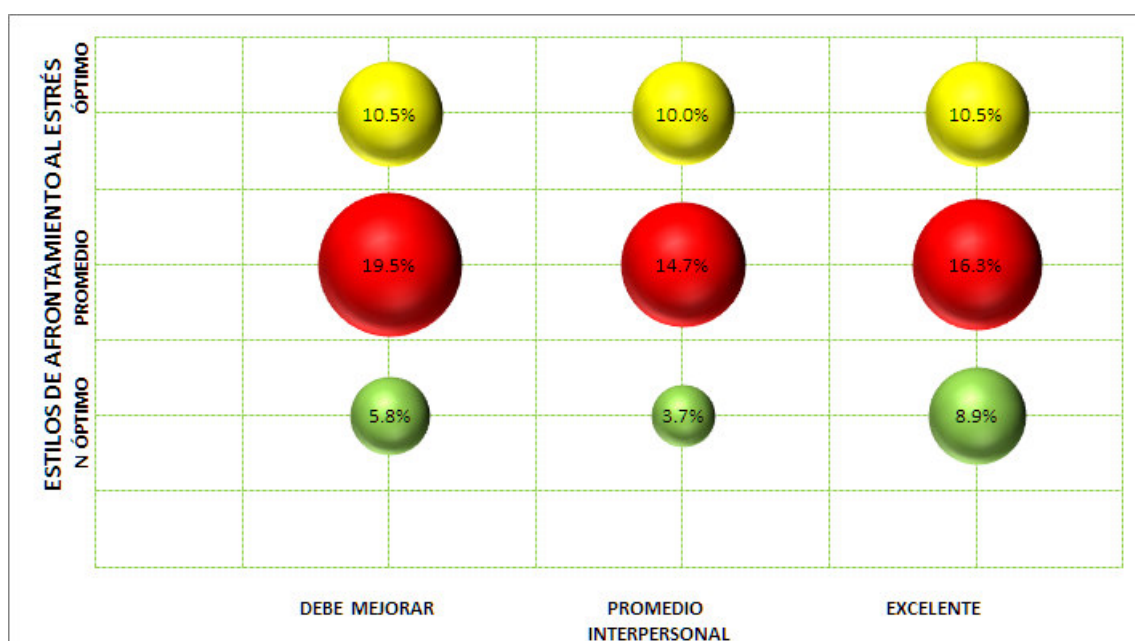


Figura 3: Interpersonal y Estilos de afrontamiento al estrés

Interpretación:

Sobre interpersonal se observa que existe un grupo de estudiantes manifiestan con respecto a la inteligencia emocional en la dimensión interpersonal se encuentra en el nivel excelente 35,8%(68), este resultado es alentador para los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la

Universidad Alas Peruanas, 2014. Por otro lado, el 28,4%(54) de estudiantes señalan que la inteligencia emocional en la dimensión interpersonal se ubica en el nivel promedio y solo el 35,8%(68) de los estudiantes opinan que la inteligencia emocional en la dimensión interpersonal se encuentra en el nivel debe mejorar.

Sobre estilos de afrontamiento al estrés: se observa que existe un grupo de estudiantes con el 50,5%(96) quienes afirman que los estilos de afrontamiento al estrés se encuentra en el nivel promedio, este resultado es alentador para los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014, en vista que otro grupo de 31,1%(59) señalan que los estilos de afrontamiento al estrés se ubica en óptimo y finalmente el 18,4%(35) señalan que los estilos de afrontamiento al estrés se ubica en el nivel no óptimo.

Sobre la relación de las dos variables: se observa que los estudiantes consideran que el 5,8%(11) que la inteligencia emocional en la dimensión interpersonal se ubica en el nivel debe mejorar y los estilos de afrontamiento al estrés en el nivel no óptimo. Asimismo, otro grupo de estudiantes con el 19,5%(37) lo consideran el nivel debe mejorar para la inteligencia emocional en la dimensión interpersonal y el nivel promedio para los estilos de afrontamiento al estrés. Se infiere de los resultados obtenidos, que la relación es positiva, es decir a un nivel excelente de la inteligencia emocional en la dimensión interpersonal, entonces existirá un nivel óptimo en los estilos de afrontamiento al estrés.

Cuadro N° 11

Adaptabilidad y Estilos de afrontamiento al estrés

		Estilos de afrontamiento al estrés			Total
		No óptimo	Promedio	Óptimo	
Adaptabilidad	Debe mejorar	14	50	31	95
		7.4%	26.3%	16.3%	50.0%
	Promedio	18	43	25	86
		9.5%	22.6%	13.2%	45.3%
	Excelente	3	3	3	9
		1.6%	1.6%	1.6%	4.7%
Total		35	96	59	190
		18.4%	50.5%	31.1%	100.0%

Fuente: encuesta a en los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014

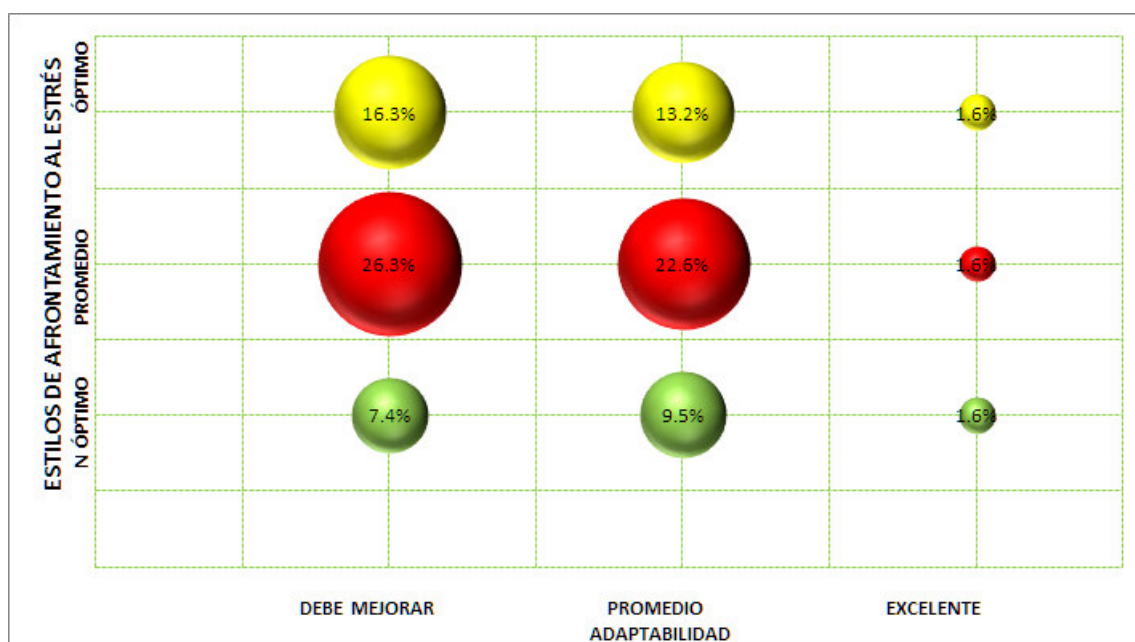


Figura 4: Adaptabilidad y Estilos de afrontamiento al estrés

Interpretación:

Sobre adaptabilidad: se observa que existe un grupo de estudiantes manifiestan con respecto a la inteligencia emocional en la dimensión adaptabilidad se encuentra en el nivel promedio 45,3%(85), este resultado es alentador para los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014. Por otro lado, el 50,0%(95) de estudiantes señalan que la inteligencia emocional en la dimensión adaptabilidad se ubica en el nivel debe mejorar y solo el 4,7%(9) de los estudiantes opinan que la

inteligencia emocional en la dimensión adaptabilidad se encuentra en el nivel excelente.

Sobre estilos de afrontamiento al estrés: se observa que existe un grupo de estudiantes con el 50,5%(96) quienes afirman que los estilos de afrontamiento al estrés se encuentra en el nivel promedio, este resultado es alentador para los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014, en vista que otro grupo de 31,1%(59) señalan que los estilos de afrontamiento al estrés se ubica en óptimo y finalmente el 18,4%(35) señalan que los estilos de afrontamiento al estrés se ubica en el nivel no óptimo.

Sobre la relación de las dos variables: se observa que los estudiantes consideran que el 7,4%(14) que la inteligencia emocional en la dimensión interpersonal se ubica en el nivel debe mejorar y los estilos de afrontamiento al estrés en el nivel no óptimo. Asimismo, otro grupo de estudiantes con el 26,3%(37) lo consideran el nivel debe mejorar para la inteligencia emocional en la dimensión adaptabilidad y el nivel promedio para los estilos de afrontamiento al estrés. Se infiere de los resultados obtenidos, que la relación es positiva, es decir a un nivel excelente de la inteligencia emocional en la dimensión adaptabilidad, entonces existirá un nivel óptimo en los estilos de afrontamiento al estrés.

3.2. Prueba Inferencial

Prueba de Normalidad

Cuadro N° 12

Distribución de datos para la prueba de normalidad, según Kolmogorov-Smirnov para la inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés.

	Kolmogorov-Smirnov(a)		
	Estadístico	gl	Sig.
Inteligencia emocional	.265	190	.000
Estilos de afrontamiento al estrés	.179	190	.000

a Corrección de la significación de Lilliefors

Se observa que el resultado obtenido en la prueba de normalidad, nos da un grado de significación del 0,000 siendo este menor al 0,05, la cual se afirma que los datos no provienen de una distribución normal, y pertenecen a pruebas no paramétricas por lo cual se utilizó el coeficiente de correlación de Rho de Spearman.

PRUEBA DE HIPÓTESIS

Hipótesis general: Correlación entre la Inteligencia Emocional y los estilos de afrontamiento al estrés.

H0= No existe relación entre los componentes la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

Ha= Existe relación entre los componentes la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

Nivel de significancia = 0,05

Regla de decisión: Si $p \text{ valor} < 0,05$ en este caso se rechaza el H_0

Si $p \text{ valor} > 0,05$ en este caso se acepta el H_0

Cuadro N° 13

Correlaciones de muestras no paramétricas, según Rho de Spearman entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

			Inteligencia emocional	Estilos de afrontamiento al estrés
Rho de Spearman	Inteligencia emocional	Coeficiente de correlación	1.000	.024
		Sig. (bilateral)	.	.741
		N	190	190
	Estilos de afrontamiento al estrés	Coeficiente de correlación	.024	1.000
		Sig. (bilateral)	.741	.
		N	190	190

En el cuadro N° 13, sometido a la prueba estadística de Rho de Spearman, se aprecia que no existe relación entre la Inteligencia Emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014., hallándose una correlación de 0,024 con un valor calculado para $p = 0.741$; lo cual es mayor que $p=0,05$. Esto indica que la correlación entre las variables no existe.

Decisión: se acepta la hipótesis nula y se rechaza la H_a . De esta manera la hipótesis principal de la investigación se rechaza, y se acepta la hipótesis nula. Por lo cual se concluye que:

No existe relación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

Prueba de Hipótesis específicas:

Hipótesis específica 1: Correlación entre el componente intra personal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés.

H₀= No existe relación entre el componente intrapersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

H₁= Existe relación entre el componente intrapersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

Nivel de significancia = 0,05

Regla de decisión: Si $p \text{ valor} < 0,05$ en este caso se rechaza el H₀

Si $p \text{ valor} > 0,05$ en este caso se acepta el H₀

Cuadro N° 14

Correlaciones de muestras no paramétricas, según Rho de Spearman para el componente intra personal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

			Intrapersonal	Estilos de afrontamiento al estrés
Rho de Spearman	Intrapersonal	Coeficiente de correlación	1.000	.072
		Sig. (bilateral)	.	.325
		N	190	190
	Estilos de afrontamiento al estrés	Coeficiente de correlación	.072	1.000
		Sig. (bilateral)	.325	.
		N	190	190

En el cuadro N° 14, sometido a la prueba estadística de Rho de Spearman, se aprecia que no existe relación entre el componente intrapersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014, hallándose una correlación de 0,072 con un valor calculado para $p = 0.325$, lo cual es mayor $p=0,05$; esto señala que la correlación entre la variables no existe.

Decisión: se acepta la hipótesis nula y se rechaza la H_a . De esta manera la hipótesis específica 1 de la investigación se rechaza, y se acepta la hipótesis nula. Por lo cual se concluye que:

No existe relación entre el componente intra personal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

Hipótesis específica 2: Correlación entre el componente interpersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés.

H_0 = No existe relación entre el componente interpersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

H_2 = Existe relación entre el componente interpersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

Nivel de significancia = 0,05

Regla de decisión: Si p valor $< 0,05$ en este caso se rechaza el H_0

Si p valor $> 0,05$ en este caso se acepta el H_0

Cuadro N° 15

Correlaciones de muestras no paramétricas, según Rho de Spearman para el componente interpersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

			Interpersonal	Estilos de afrontamiento al estrés
Rho de Spearman	Interpersonal	Coeficiente de correlación	1.000	-.079
		Sig. (bilateral)	.	.278
		N	190	190
	Estilos de afrontamiento al estrés	Coeficiente de correlación	-.079	1.000
		Sig. (bilateral)	.278	.
		N	190	190

En el cuadro N° 15, sometido a la prueba estadística de Rho de Spearman, se aprecia que no existe relación entre el componente interpersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014, hallándose una correlación de -0,079 con un valor calculado para $p = 0.278$, lo cual es mayor $p=0,05$; esto señala que la correlación entre la variables no existe.

Decisión: se acepta la hipótesis nula y se rechaza la H_a . De esta manera la hipótesis específica 2 de la investigación se rechaza, y se acepta la hipótesis nula. Por lo cual se concluye que:

No existe relación entre el componente interpersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

Hipótesis específica 3: Correlación entre el componente de adaptabilidad de la Inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés.

H_0 = No existe relación entre el componente de adaptabilidad de la Inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

H_3 = Existe relación entre el componente de adaptabilidad de la Inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

Nivel de significancia = 0,05

Regla de decisión: Si p valor $< 0,05$ en este caso se rechaza el H_0

Si p valor $> 0,05$ en este caso se acepta el H_0

Cuadro N° 16

Correlaciones de muestras no paramétricas, según Rho de Spearman para el componente de adaptabilidad de la Inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

			Adaptabilidad	Estilos de afrontamiento al estrés
Rho de Spearman	Adaptabilidad	Coeficiente de correlación	1.000	-.025
		Sig. (bilateral)	.	.731
		N	190	190
	Estilos de afrontamiento al estrés	Coeficiente de correlación	-.025	1.000
		Sig. (bilateral)	.731	.
		N	190	190

En el cuadro N° 16, sometido a la prueba estadística de Rho de Spearman, se aprecia que no existe relación entre el componente adaptabilidad de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014, hallándose una correlación de -0,025 con un valor calculado para $p = 0.731$, lo cual es mayor $p=0,05$; esto señala que la correlación entre la variables no existe.

Decisión: se acepta la hipótesis nula y se rechaza la H_a . De esta manera la hipótesis específica 3 de la investigación se rechaza, y se acepta la hipótesis nula. Por lo cual se concluye que:

No existe relación entre el componente adaptabilidad de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

4.3 Discusión de los Resultados

De acuerdo a los resultados obtenidos en la prueba estadística de Rho de Spearman, para las hipótesis que han orientado la investigación se ha podido observar que no existe relación entre la Inteligencia Emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014, hallándose una correlación de 0,024 con un valor calculado para $p = 0.741$; lo que es mayor que $p=0,05$. Esto indica que la correlación entre las variables no existe. Y esto afirma que se pone en cuestionamiento la teoría de Baron (2005 p. 39), la inteligencia emocional es un conjunto de habilidades personales, emocionales y sociales y destrezas que influyen en nuestra habilidad para adaptarnos y enfrentar las demandas y presiones del medio, como tal nuestra inteligencia no cognitiva es un factor importante en la determinación de la habilidad para tener éxito en la vida, influyendo directamente en el bienestar general y en la salud emocional, y la teoría de Lazarua y Folkman 1986 citado por Nowack (2007 p. 76), son esfuerzos cognitivos y conductuales cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo. Estas teorías en la realidad de los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014. También es contradictorio con el estudio de Ramírez (2013), quién arribó a la siguiente conclusión: una alta correlación entre (Rho de Spearman 0,989) entre la Inteligencia emocional y el estrés laboral de los trabajadores de la Universidad Nacional del Callao. En la presente investigación se encontró que no existe una correlación entre la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés.

Con respecto a la hipótesis específica 1 se ha observado que no existe relación entre el componente intrapersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014, hallándose una correlación de 0,072 con un valor calculado para $p = 0.325$, lo cual es mayor $p=0,05$; esto señala que la correlación entre la variables no existe. Y estos resultados es contradictorio con la investigación de Alcántara (2013), quién llegó a la siguiente conclusión: existe una alta correlacional (0,886 rho de Spearman) entre la

Inteligencias emocional y su relación con el desempeño docente de los docentes de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos 2013. En el presente estudio se halló que no hay correlación entre el componente intrapersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés.

Con respecto a la hipótesis específica 2 se aprecia se aprecia que no existe relación entre el componente interpersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014, hallándose una correlación de -0,079 con un valor calculado para $p = 0.278$, lo cual es mayor $p=0,05$; esto señala que la correlación entre la variables no existe. Con esto se contradice a la investigación de Jiménez (2014), quién llegó a las siguientes conclusiones: existe una alta correlación (Rho de Spearman 0,966) entre la Inteligencia emocional y el rendimiento académico de los estudiantes del IX ciclo de ingeniería Mecánica de Fluidos 2014. La investigación mencionada es contradictoria a las conclusiones de la presente investigación.

Con respecto a la hipótesis específica 3 se aprecia que no existe relación entre el componente adaptabilidad de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014, hallándose una correlación de -0,025 con un valor calculado para $p = 0.731$, lo cual es mayor $p=0,05$; esto señala que la correlación entre la variables no existe. Estos resultados contradicen con el estudio de Correa (2013), quién llegó a la siguiente conclusión hay una correlación moderada (rho de Spearman 0,675) entre la competencia parental y la inteligencia emocional de los estudiantes del X ciclo de la Universidad Nacional del Callao 2013. En el presente estudio se arribó que no existe correlación entre la inteligencia emocional en la dimensión adaptabilidad y los estilos de afrontamiento al estrés. Existe una diferencia entre ambos estudios, porque en este estudio hay correlación y en cambio en la presente investigación no existe correlación entre las variables de estudio.

En el estudio se arribó que no existe correlación entre las variables. Para poder generalizar el estudio se tiene que aplicar en otras realidades.

4.4 Adopción de las decisiones.

Realizada la investigación nos permite a través de los resultados obtenidos tomar la siguiente decisión:

Rechazar la hipótesis alterna presentada y aceptar la hipótesis nula hallándose una correlación de 0,024 con un valor calculado para $p = 0.741$; lo es mayor que $p=0,05$. Esto indica que la correlación entre las variables no existe. Por lo cual se concluye que no existe relación entre la Inteligencia Emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014. Esto confirma la hipótesis nula del estudio.

Rechazar la hipótesis alterna presentada y aceptar la hipótesis nula hallándose una correlación de 0,072 con un valor calculado para $p = 0.325$, lo cual es mayor $p=0,05$; esto señala que la correlación entre la variables no existe. Por lo cual se concluye que no existe relación entre el componente intrapersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014. Esto confirma la hipótesis específica nula del estudio.

Rechazar la hipótesis alterna presentada y aceptar la hipótesis nula hallándose una correlación de -0,079 con un valor calculado para $p = 0.278$, lo cual es mayor $p=0,05$; esto señala que la correlación entre la variables no existe. Por lo cual se concluye que no existe relación entre el componente interpersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.

Rechazar la hipótesis alterna presentada y aceptar la hipótesis nula hallándose una correlación de -0,025 con un valor calculado para $p = 0.731$, lo cual es mayor $p=0,05$; esto señala que la correlación entre la variables no existe. Por lo cual se concluye que no existe relación entre el componente adaptabilidad de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014. Esto confirma que no se cumple la hipótesis específica 3 del estudio, y se cumple la hipótesis nula del estudio

CONCLUSIONES

1. Siendo los resultados obtenidos se demuestra la hipótesis general, y se concluye que no existe relación entre la Inteligencia Emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014, hallándose una correlación de 0,024 con un valor calculado para $p = 0.741$; lo es mayor que $p=0,05$. Esto indica que la correlación entre las variables no existe. Por lo cual se concluye que no existe relación entre la Inteligencia Emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014. Esto confirma la hipótesis nula del estudio.

2. Siendo los resultados obtenidos se demuestra la hipótesis específica 1, y se concluye que no existe relación entre el componente intrapersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014, hallándose una correlación de 0,072 con un valor calculado para $p = 0.325$, lo cual es mayor $p=0,05$; esto señala que la correlación entre la variables no existe. Por lo cual se concluye que no existe relación entre el componente intrapersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014. Esto confirma la hipótesis específica nula del estudio.

3. Siendo los resultados obtenidos se demuestra la hipótesis específica 2, y se concluye que no existe relación entre el componente interpersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014, hallándose una correlación de -0,079 con un valor calculado para $p = 0.278$, lo cual es mayor $p=0,05$; esto señala que la correlación entre la variables no existe. Por lo cual se concluye que no existe relación entre el componente interpersonal de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la

Universidad Alas Peruanas, 2014. Esto confirma que se cumple la hipótesis nula del estudio.

4. Siendo los resultados obtenidos se demuestra la hipótesis específica 3, y se concluye que no existe relación entre el componente adaptabilidad de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014, hallándose una correlación de -0,025 con un valor calculado para $p = 0.731$, lo cual es mayor $p=0,05$; esto señala que la correlación entre las variables no existe. Por lo cual se concluye que no existe relación entre el componente adaptabilidad de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014. Esto confirma que no se cumple la hipótesis específica 3 del estudio, y se cumple la hipótesis nula del estudio.

RECOMENDACIONES

1. Las autoridades y los docentes de la Facultad de Ciencias de la Salud de los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014, deben prestar mayor atención y programar capacitaciones sobre los temas como la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento del estrés. Con la finalidad de mejorar su rendimiento académico en general.
2. Los docentes de la Facultad de Ciencias de la salud de los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014, deben conocer con detalle la inteligencia emocional en la dimensión intrapersonal, a través de talleres de sociabilización con fines que mejoren los estilos de afrontamiento al estrés.
3. Los docentes de la Facultad de Ciencias de la salud de la Universidad Alas Peruanas, debe dar mayor importancia la inteligencia emocional en la dimensión interpersonal para que todos los estudiantes logren afrontar el estrés académico.
4. Los directivos de la Facultad de Ciencias de la salud de la Universidad Alas Peruanas, deben intercambiar experiencias exitosas sobre los temas de adaptabilidad de la inteligencia emocional y el afrontamiento sobre estrés, con la finalidad de encontrar la correlación entre las variables.

BIBLIOGRAFÍA

- Alcántara (2013). Tesis “*Inteligencias emocional y su relación con el desempeño docente de los docentes de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos 2013*”, Tesis para optar el grado de Maestro en Gestión de la educación en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Baron, R. (1997). *La inteligencia emocional y social: Perspectivas del cociente emocional*. San Francisco: Ediciones Jossey-Bass.
- Correa, P. (2013). Tesis “La competencia parental y la inteligencia emocional de los estudiantes del X ciclo de la Universidad Nacional del Callao 2013”: Tesis para optar el grado académico de doctor en Administración de la Educación de la Universidad Nacional de Educación “Enrique Guzmán y Valle”.
- Durán, Extremera y Rey, (2001). *Recursos personales, síndrome de estar quemado por el trabajo y sintomatología asociada al estrés en docentes de enseñanza primaria y secundaria*. (25-30) México: Ediciones Raúl.
- Dyson, R., y Renk, K. (2006). Estudiantes de primer año de adaptación a la vida universitaria: *los síntomas depresivos, el estrés y afrontamiento*. Nueva York: Ediciones Millar. Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es>
- Endler, Y. y Parker, O. (1990). Modelos circumplex de la conducta interpersonal en Psicología clínica: Desarrollos actuales y ámbitos de aplicación. Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es>
- Extremera, N. y Berrocal, P. (2006). *Inteligencia Emocional, estilos de respuesta y depresión*. (80-96) México: Ediciones Paquito.
- Fisher, I. (2005). *Nociones básicas para el cálculo del tamaño de la muestra*. (35-38) Nevada: Ediciones Three.

- Flores, M. (2004). *Inteligencia emocional en los alumnos de Educación Superior*. (15-26) Lima. Ediciones Palacio.
- Furham, (2006). La personalidad y la inteligencia como predictores de creatividad. *Personalidad y Diferencias Individuales*. Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es>
- Gallagher M y Millar P, (1996). *El estrés en tiempos escolares y sus consecuencias a largo plazo*. (71-83) Oklahoma: Ediciones Burneo.
- Goleman, D. (1996). *La inteligencia emocional*. California: Ediciones Morgana.
- Gardner, L. y Stough, C. (2003). *La evaluación de la relación entre la inteligencia emocional, la satisfacción y el compromiso*. (33-46) España: Ediciones Borja.
- Gardner L. (1983). *Inteligencias múltiples*. Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es>
- Guerrero, E. (2003). *Síndrome de burnout o desgaste profesional y estrés en el profesorado de la universidad de Extremadura*. (tesis de maestría universidad de extremadura) Recuperado de <http://digitum.um.es>
- Hernández, S. Fernández, C. y Baptista, P. (1997). *Metodología de la investigación*. (17-28) México: Ediciones McGraw-Hill.
- Jiménez, J. (2014). Tesis “Inteligencia emocional y el rendimiento académico de los estudiantes del IX ciclo de ingeniería Mecánica de Fluidos 2014”; Tesis para optar el grado de magister en la Universidad San Ignacio de Loyola.
- Lopez, P. (2005). *La inteligencia emocional, la personalidad y la percepción de la calidad de las relaciones sociales*. (180-197) Nueva York: Ediciones Mind.
- Mayer, J. y Salovey, P. (2002). *El desarrollo emocional y la inteligencia emocional: Implicaciones para los educadores*. Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es>

- Mayer, J. (2006). *Inteligencia emocional y efectos para el éxito* Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es>
- Mestre Navas, José M. “*Manual de Inteligencia Emocional*” Ediciones Pirámide. Madrid 2007+
- Pascalli. J. (2011). Tesis “Inteligencia emocional y el rendimiento académico en los estudiantes en la Universidad de la República Uruguay”. Tesis para optar el grado de magister en educación.
- Ramírez, N. (2013). Tesis “Inteligencia emocional y el estrés laboral de los trabajadores administrativos de la Universidad Nacional del Callao”. Tesis para optar el grado de magister en administración de empresas.
- Rodríguez, H. (2012). Tesis “Estrés y desempeño laboral de los trabajadores de la Universidad Simón Rodríguez”, Universidad Simón Rodríguez.
- Spector F y Goh H (2001) *Estilos y estrategias de afrontamiento al estrés*: Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es>
- Ugarriza, S. (2007). *Evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario ICE- BARON*. (71.14) Lima: Ediciones Universal.
- Valdez Huarcaya, Nancy (2008). “*Estrés y recursos de afrontamiento en un grupo de adolescentes embarazadas*.” Tesis en Psicología, facultad de LETRAS y Ciencias, UPCP, Lima-Perú
- Vargas, A. (2011). Tesis “el papel de la Inteligencia Emocional en la productividad y salud en obreros de la ciudad de Heredia- Costa Rica”. Costa Rica.

ANEXOS

MATRIZ DE CONSISTENCIA LÓGICA

TÍTULO	PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	TIPO DE INVESTIGACIÓN	INSTRUMENTO DE COLECTA DE DATOS
Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014	Prob. general ¿Cuál es la relación entre los componentes la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014?	OBJETIVO GENERAL: Determinar la relación entre los componentes de la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.	H. GENERAL Existe relación entre los componentes la inteligencia emocional y los estilos de afrontamiento al estrés en estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.	V. Independiente Inteligencia Emocional V. Dependiente. Afrontamiento del estrés	De acuerdo a las características de la Hipótesis y los objetivos de la investigación se enmarca dentro del tipo: CORRELACIONAL Diseño: X -----r----- -Y	V. Independiente: Inteligencia Emocional - cuestionario V. Dependiente: Afrontamiento de estrés - cuestionario

marco teórico	POBLACIÓN Y MUESTRA	JUSTIFICACIÓN	LIMITACIONES
<p>1. antecedentes:</p> <p>Existen trabajos en diferentes áreas.</p> <p>2. bases teóricas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Inteligencia Emocional - Afrontamiento de estrés <p>3. Glosario de términos básicos</p>	<p>Población</p> <p>190 estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.</p> <p>Muestra</p> <p>190 estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014. Tipo Censal.</p>	<p>1. Determinará encontrar la relación entre la Inteligencia Emocional y el afrontamiento del estrés.</p> <p>2. Aportará como estudio de investigación para mejorar la Inteligencia Emocional y el afrontamiento del estrés.</p> <p>3. Permitirá orientar a las autoridades universitarias, docentes, padres de familia tomen medidas correctivas referentes a la inteligencia Emocional y el afrontamiento del estrés.</p>	<p>1. El estudio estará centrado en la inteligencia emocional y el afrontamiento de estrés.</p> <p>2. Los resultados solo servirán para los estudiantes del IX ciclo de la Escuela Profesional de Odontología de la Universidad Alas Peruanas, 2014.</p>

OPERACIONALIZACION DE VARIABLES-

VARIABLE	DEFINICIONES	DIMENSIONES	INDICADORES	INDICE
INTELIGENCIA EMOCIONAL	CONCEPTUAL			
	Baron (2005 p. 39), la inteligencia emocional es un conjunto de habilidades personales, emocionales y sociales y destrezas que influyen en nuestra habilidad para adaptarnos y enfrentar las demandas y presiones del medio, como tal nuestra inteligencia no cognitiva es un factor importante en la determinación de la habilidad para tener éxito en la vida, influyendo directamente en el bienestar general y en la salud emocional	Intrapersonal	Autoconciencia Asertividad Auto consideración Autorrealización Independencia emocional	1 – 75
		Inter personal	Empatía Responsabilidad Social Relación Interpersonal	76 – 101
		Adaptabilidad	Examen de la realidad Flexibilidad Solución de problemas	102 – 133

AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS	Lazarua y Folkman 1986 citado por Nowack (2007 p. 76), son esfuerzos cognitivos y conductuales cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo.	Capacidad individual de conocimiento y experiencia que activan conductas frente a una situación estresante. Cuyas dimensiones son: Valoración positiva, Minimización de las amenazas, Concentración en el problema.	Valoración positiva	Manejo de estrés Autoeficacia Personalidad	1 – 7
			Minimización de las amenazas	Control de emociones Autoestima Asertividad	8 – 14
			Concentración en el problema	Tolerancia Manejo del estrés	15 – 19

Instrumentos de recolección de datos.



INVENTARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL ICE-BARON

DATOS PERSONALES

Sexo:

Edad:.....

Fecha:.....

INSTRUCCIONES

Este cuestionario contiene una serie de frases cortas que permite hacer una descripción de ti mismo(a). Para ello debes indicar, en qué medida cada una de las oraciones que aparecen a continuación es verdadera, de acuerdo a como te sientes, piensas o actúas la mayoría de las veces. Hay cinco alternativas de respuestas por cada frase. Marca con una X solo una de cada alternativa por cada pregunta y se requiere que seas sincero al elegir la alternativa. si alguna frase no tiene que ver contigo, igualmente responde teniendo en cuenta cómo te sentirías, pensarías o actuarías si estuvieras en esa situación.

1. Rara vez
2. Pocas veces
3. A veces
4. Muchas veces
5. Con mucha frecuencia

	COMPONENTE INTRAPERSONAL	1	2	3	4	5
1	Es duro para mí disfrutar de la vida					
2	Sé cómo enfrentar los problemas más desagradables					
3	Me agradan las personas que conozco					
4	Me resulta relativamente fácil expresar mis sentimientos					
5	Trato de ser realista, no me gusta fantasear ni soñar despierto(a)					
6	Reconozco con facilidad mis emociones					
7	Me siento seguro(a) de mí mismo(a) en la mayoría de situaciones					
8	Tengo problemas para controlarme cuando me enojo					
9	Cuando enfrento una situación difícil me gusta reunir toda la información que pueda sobre ella.					
10	Me es difícil sonreír.					
11	Creo que puedo controlarme en situaciones muy difíciles.					
12	Realmente no se para que soy bueno(a).					
13	No tengo confianza en mí mismo(a).					
14	Creo que he perdido la cabeza.					
15	Soy optimista en la mayoría de las cosas que hago.					

16	Cuando comienzo a hablar me resulta difícil detenerme.					
17	Me gusta tener una visión general de un problema antes de intentar solucionarlo					
18	Soy una persona bastante alegre y optimista.					
19	Prefiero que otros tomen decisiones por mí.					
20	Me es difícil entender como me siento					
21	He tenido experiencias extrañas que no puedo explicar					
22	He logrado muy poco en los últimos años.					
23	Me tengo mucho respeto					
24	Hago cosas muy raras.					
25	Me resulta difícil cambiar de opinión					
26	Me resulta difícil tomar decisiones por mi mismo(a).					
27	Lo primero que hago cuando tengo problema es detenerme a pensar.					
28	Estoy contento(a) con mi vida.					
29	No puedo soportar el estrés					
30	En mi vida no hago nada malo					
31	No disfruto lo que hago.					
32	Me resulta difícil expresar mis sentimientos más íntimos					
33	Generalmente espero lo mejor					
34	No me siento bien conmigo mismo(a).					
35	Me resulta fácil adaptarme a situaciones nuevas					
36	Cuando intento resolver un problema analizo todas las posibles soluciones y luego escojo la que considero mejor					
37	Soy consciente de cómo me siento.					
38	Soy impaciente					
39	Siento que me resulta difícil controlar mi ansiedad.					
40	Soy una persona divertida					
41	Me detendría y ayudaría a un niño que llora por encontrar a sus padres, aun cuando tuviese algo que hacer en ese momento.					
42	No me entusiasman mucho mis intereses					
43	Nada me perturba					
44	Percibo cosas extrañas que los demás no ven.					
45	Tengo tendencia a fantasear y a perder contacto con lo que ocurre a mí alrededor.					
46	Me resulta difícil aceptarme tal como soy.					
47	Me siento como si estuviera separado) de mi cuerpo.					
48	Puedo cambiar mis viejas costumbres.					
49	Me resulta difícil escoger la mejor solución cuando tengo que resolver un problema.					
50	Se cómo mantener la calma en situaciones difíciles.					
51	Me deprimó.					
52	Nunca he mentado.					
53	En general me siento motivado(a) para continuar adelante, incluso cuando las cosas se ponen difíciles.					
54	Trato de continuar y desarrollar aquellas cosas que me divierten.					
56	Me resulta difícil decir "no" aunque tenga deseo de hacerlo.					
57	Me dejo llevar por mi imaginación y mis fantasías.					
58	Puedo manejar situaciones de estrés, sin ponerme demasiado nervioso.					

59	Si pudiera violar la ley sin pagar las consecuencias, lo haría en determinadas situaciones.					
60	Me deprimó.					
61	Me siento feliz con el tipo de persona que soy					
62	Tengo reacciones fuertes, intensas que son difíciles de controlar.					
63	En general, me resulta difícil realizar cambios en mi vida cotidiana.					
64	Soy consciente de lo que me está pasando, aun cuando estoy alterado(a).					
65	Para poder resolver una situación que se presenta, analizo todas las posibilidades existentes					
66	Me resulta difícil enfrentar las cosas desagradables de mi vida.					
67	Nunca he violado la ley.					
68	Soy una persona muy extraña.					
69	Soy impulsivo(a).					
70	Creo en mi capacidad para manejar los problemas más difíciles.					
71	Estoy contento(a) con la forma en que me veo.					
72	Tengo pensamientos extraños que los demás no logran entender.					
73	Tengo mal carácter.					
74	Tengo una tendencia a explotar de cólera fácilmente					
75	Me resulta difícil aceptarme tal como soy.					
COMPONENTE INTERPERSONAL		1	2	3	4	5
76	Pienso bien de las personas.					
77	Cuando estoy enojado(a) con alguien se lo puedo decir					
78	Me resulta fácil hacer amigos(as).					
79	Soy impulsivo(a) y eso me trae problemas					
80	Soy bueno para comprender los sentimientos de las personas					
81	A la gente le resulta difícil confiar en mí.					
82	La gente no comprende mi manera de pensar					
83	Mis amigos me confían sus intimidades.					
84	La gente me dice que baje el tono voz cuando discuto					
85	Cuando estoy en desacuerdo con alguien soy capaz de decírselo.					
86	Me es difícil llevarme con los demás					
87	Me importa lo que puede sucederle a los demás					
88	Mis relaciones más cercanas significan mucho, tanto para mí como para mis amigos.					
89	Prefiero seguir a otros a ser líder.					
90	Soy sensible a los sentimientos de las otras personas.					
91	Mantengo buenas relaciones con los demás.					
92	Intento no herir los sentimientos de los demás.					
93	No mantengo relación con mis amistades.					
94	Me gusta ayudar a la gente.					
95	Soy incapaz de comprender como se sienten los demás.					
96	No soy capaz de expresar mis ideas.					
97	Me resulta relativamente fácil decirle a la gente lo que pienso.					
98	No me molesta aprovecharme de los demás, especialmente si se lo merecen					
99	Cuando trabajo con otros, tiendo a confiar más en sus ideas que en las mías.					
100	Me es difícil compartir mis sentimientos más íntimos con los					

	demás.					
101	Soy capaz de respetar a los demás.					
ADAPTABILIDAD		1	2	3	4	5
102	No estoy muy contento(a) con mi vida.					
103	Disfruto de las cosas que me interesan.					
104	Tiendo a exagerar					
105	Estoy contento(a) con mi cuerpo					
106	. Me resulta difícil cambiar mis costumbres					
107	. Considero que es muy importante ser un(a) ciudadano(a) que respeta la ley.					
108	Disfruto las vacaciones y los fines de semana					
109	Tengo tendencia a depender de otros.					
110	No me siento avergonzado(a) por nada de lo que he hecho hasta ahora.					
111	Trato de aprovechar al máximo las cosas que me gustan y me divierten.					
112	Los demás piensan que no me hago valer, que me falta firmeza.					
113	Soy capaz de dejar de fantasear para volver aponerme en contacto con la realidad.					
114	Los demás opinan que soy una persona sociable					
115	Me es difícil describir lo que siento					
116	Por lo general, me trabo cuando pienso a cerca de las diferentes maneras de resolver un problema.					
117	Me es difícil ver sufrir a la gente.					
118	Me gusta divertirme.					
119	Me parece que necesito de los demás más de lo que ellos me necesitan.					
120	. Me pongo ansioso(a).					
121	No tengo días malos.					
122	No tengo una buena idea de lo que quiero en la vida.					
123	Me es difícil hacer valer mis derechos.					
124	Me es difícil ser realista.					
125	Haciendo un balance de mis puntos positivos y negativos me siento bien conmigo mismo(a).					
126	Si me viera obligado(a) a dejar mi casa actual, me sería difícil adaptarme nuevamente.					
127	Prefiero un trabajo en el que se me diga casi todo lo que tengo que hacer					
128	Trato de valorar y darle el mejor sentido a mi vida					
129	Soy incapaz de demostrar afecto					
130	En general, me resulta difícil adaptarme.					
131	Me siento como si estuviera separado de mi cuerpo.					
132	En general, cuando comienzo algo nuevo tengo la sensación de que voy a fracasar.					
133	He respondido sincera y honestamente a las frases anteriores.					

AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS

Valoración positiva		1. Nunca	2. Rara vez	3 Algunas veces	4. A menudo	5 Siempre
1	Concentro mis pensamientos en los aspectos más positivos del evento o situación (p. ej., lo que puedo aprender del evento o situación o las consecuencias positivas que pueden tener).					
2	Pienso en momentos, eventos y experiencias felices cuando enfrento problemas y frustraciones					
3	Imagino que las cosas mejoran y me siento confiado(a) de que puedo manejarlas.					
4	Me concentro en lo que me molesta hasta que me siento más seguro(a) y cómodo(a) acerca del problema					
5	Digo y pienso en cosas positivas para mí que me hacen sentir mejor en cuanto a la situación o evento estresante (p. ej., “todo va a salir bien”).					
6	Me culpo, me critico y “me pongo por los suelos” por crearme o causarme de alguna manera mi problema					
7	Me dedico a pensar sobre lo que debí o no haber hecho en una situación particular.					
Minimización de las amenazas		1. Nunca	2. Rara vez	3 Algunas veces	4. A menudo	5 Siempre
8	Pienso que me concentro en lo peor que pudo suceder en una situación determinada					
9	Saco el tema y lo hablo con otros de manera excesiva (“machacando sobre lo mismo”).					
10	Pienso en el problema constantemente, de día y de noche (no soy capaz de “abandonarlo” y dejar de ahondar en lo que me molesta).					
11	Minimizo la importancia de lo que me molesta burlándome o bromeando sobre ello (es decir, uso el humor para poner el evento o la situación en perspectiva).					

12	Evito pensar en ello cuando me viene a la mente (es decir, soy capaz de olvidarme y dejar de ahondar en lo que me molesta)					
13	Me impulso a seguir adelante con mi vida y a canalizar mi energía en cosas más productivas para minimizar mi frustración e insatisfacción					
14	Me digo cosas como “deja de pensaren eso” o “no es momento para pensaren eso”, cuando me siento frustrado(a), irritado(a) o molesto(a).					
Concentración en el problema		1. Nunca	2. Rara vez	3 Algunas veces	4. A menudo	5 Siempre
15	Lo veo como algo que ya sucedió y que se terminó (o sea, “lo que pasó, pasó”).					
16	Hablo con otros y les pido su opinión, un consejo, recomendaciones, ideas o sugerencias					
17	Les pido a otros que cambien o modifiquen su conducta de modo que las cosas mejoren para mí.					
18	Desarrollo un plan de acción y lo llevo a cabo para afrontar de manera más eficaz la situación en el futuro.					
19	Cambio la situación o modifico mi conducta para minimizar o aliviar mi frustración o insatisfacción.					



INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN.

I.- DATOS INFORMATIVOS.

- 1.1.- Apellidos y Nombre del Informante:.....
- 1.2.- Institución donde labora:.....
- 1.3.- Nombre del Instrumento que motiva la evaluación:.....
- 1.4.- Autora del Instrumento:.....

II.- ASPECTOS DE VALIDACIÓN E INFORME:

INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 0 – 20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
METODOLOGIA	Considera que los ítems miden lo que el investigador pretende medir.					
COHERENCIA	Considera que los ítems utilizados son propios del campo que se está investigando					
CONSISTENCIA	Existe consistencia entre las dimensiones y los indicadores.					
ORGANIZACION	Considera Organizado el desarrollo del Marco Teórico.					
CLARIDAD	La investigación está desarrollada en un lenguaje apropiado.					
OPERACIONALIZACION	Presenta operacionalizada sus variables y dimensiones.					
ESTRATEGIAS	Considera adecuado los métodos estadísticos para contrastar las hipótesis					
ACTUALIDAD	Presenta antecedentes actualizados hasta con tres años de antigüedad.					

III.-OPINION PARA APLICAR EL INSTRUMENTO:

Qué aspectos se tienen que modificar, aumentar o suprimir en los Instrumentos de Investigación:

.....
.....

IV.-PROMEDIO DE VALORACION DEL INSTRUMENTO:

<u>%</u>

Lima,..... de..... Del..... 201.....

Firma del Experto Informante

DNI:..... Telf./ Cel:.....



FICHA DE VALIDEZ DEL CONTENIDO

Instrumento: Consolidado del cuestionario Desempeño laboral

Autora:

Jurado experto: Dr. Elías Mejía Mejía

Marque Ud. con una "X" en la escala teniendo en cuenta que:

NADA	POCO	BASTANTE	TOTALMENTE
1	2	3	4

ASPECTOS	CRITERIOS				
Univocidad de cada ítem	¿Se entiende el ítem?; ¿Su redacción es clara?				
Pertinencia	¿Tienen los ítems relación lógica con el objetivo que se pretende estudiar?				
Organización	¿Existe una organización lógica en la presentación del ítem?				
Importancia	¿Qué peso posee el ítem con relación a la dimensión de referencia?				

Evaluado por:

Nombre y Apellidos: _____

D.N.I.: _____ **Firma:** _____